Praktikus ötletek vákuumcsomagoláshoz

©Ez a bemutató a Silko&Co Kft. és a LAICA SPA szellemi tulajdona!
Bármilyen változtatás vagy másolás TILOS! és jogi következménnyel jár!
A feltüntetett képek és márkanév a LAICA S.p.a tulajdona!

Miért előnyös a vákuumcsomagolás otthon?

Az ételek egyik legmodernebb és manapság legelterjedtebb csomagolási technikája a vákuumcsomagolás, amely a csomagolóanyag és bennük elhelyezett étel légmentes lezárásával jön létre.
Az ételek a különböző kémiai és mikrobiológiai reakciók következtében hajlamosak megromlani különösen akkor, ha szobahőmérsékleten levegővel érintkeznek.

Szobahőmérsékleten a nedvesség, az enzimtevékenység, különféle mikroorganizmusok képződése ill. a bogarak általi szennyeződés veszélye áll fenn. A levegőben található oxigén a fő okozója az ételek megromlásának (oxidációs folyamat), valamint felelős azok ásványi anyag tartalmának, illatának és minőségének csökkenéséért. Az oxigén eltávolításával a mikroorganizmusok - mint például a baktériumok és a penész - képződése megszűnik, így késleltethetjük az étel romlásának folyamatát (zsírok avasodása, gyümölcsök színének sötétedése, a hagyományos módon fagyasztott élelmiszereknél a húsok színének változása, ill. az ízek és aromák csökkenése).

A vákuumcsomagolás látványosan növeli az élelmiszerek élettartamát és megtartja az eredeti állagát akkor is, ha természetes hőmérsékletükön tároljuk azokat és akkor is, ha hűtőben vagy fagyasztóban. Frissességük és ízviláguk kifogástalan marad.

A vákuumcsomagolás nem alakítja át az élelmiszert mesterséges módon úgy, mint más „tartósító eljárások" azaz megtartja az ételek eredeti karakterét.
A friss vagy romlandó ételek esetében különösen fontos, hogy alacsony hőmérsékleten tároljuk azokat (hűtőben vagy fagyasztóban), főleg mivel azok annyi nedvességet tartalmaznak, hogy levegővel érintkezve megkönnyítik a mikroorganizmusok szaporodását.

Az élelmiszerek mélyhűtésekor (vákuumcsomagolás nélkül) a levegő miatt kristályosodás jön létre, azaz egy jégréteg jelenik meg a termékek felületén, amely a lefagyasztott élelmiszer állagromláshoz vezethet.
A vákuumcsomagolással alacsony hőmérsékleten tartósított étel őrzi meg legtovább a termékek eredeti színét, illatát és tápanyag tartalmát. A hűtött termékek vákuumcsomagolása (+3/5°) azok számára ideális, akik előre csomagolt élelmiszert készítenek; az ételt alkalomadtán elkészítjük és hűtőben tároljuk, hogy a későbbiekben bármikor azonnal elfogyaszthassuk azt. Ilyenkor elegendő a vákuumcsomagolt ételt egyszerűen megmelegíteni, ami így olyannak fog tűnni, mint ami frissen készült.
A vákuumcsomagolás azon ételek esetében is kiválóan megőrzi az eredeti tulajdonságokat, amelyek könnyen veszítenek a minőségükből (pl. kávé) vagy illatukból és frissességükből (sütemények, kenyér).

Az eltarthatóság a vákuumcsomagolás alkalmazásával az eredeti 3-5x-ösére is nőhet. Az alábbi táblázat különböző ételkészítményeken keresztül mutatja be az eltarthatóságot normál körülmények és vákuumcsomagolás összehasonlításával. Ezek a jelzett értékek természetesen nagyban függenek az eredeti termékek minőségétől, elkészítésük módjától és a higiéniai feltételektől.

Eltarthatósági idők

Fagyasztott élelmiszer (-16°C / -20°C)	normál tartósítás esetén	vákuumcsomagolás esetén
HÚS	4-5 hónap	15-20 hónap
HAL	3-4 hónap	12 hónap
ZÖLDSÉGEK	10 hónap	18-24 hónap

Hűtött élelmiszer (+3°C / +6°C)	normál tartósítás esetén	vákuumcsomagolás esetén
NYERS HÚS	2-3 nap	6-9 nap
FRISS HAL	1-3 nap	4-5 nap
VAD	2 nap	6 nap
SZELETELT SZALÁMI	4-6 nap	22 nap
SZALÁMI	7-14 nap	25-40 nap
KEMÉNY SAJT	6-20 nap	25-60 nap
ZÖLDSÉGEK	1-4 nap	8-10 nap
GYÜMÖLCSÖK	5-8 nap	10-14 nap
TÉSZTAFÉLÉK	2-3 nap	6-9 nap
FŐTT HÚS	3-4 nap	10-15 nap
SZÁRAZ SÜTEMÉNYEK, DESSZERTEK	5 nap	18-20 nap

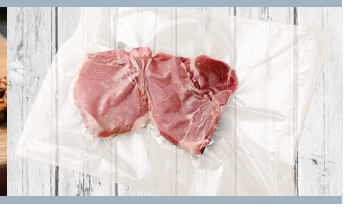
Szobahőmérsékletű élelmiszer (+23°C / +27°C)	normál tartósítás esetén	vákuumcsomagolás esetén
KENYÉR	2 nap	6-8 nap
KEKSZEK	4-5 hónap	12 hónap
TÉSZTA/RIZS	6 hónap	12 hónap
LISZ	4 hónap	12 hónap
SZEMES KÁVÉ	3 hónap	12 hónap
TEA	5 hónap	12 hónap
ASZALT GYÜMÖLCSÖK	4 hónap	12 hónap

Hasznos tanácsok vákuumcsomagoláshoz

Az alábbi élelmiszerek vákuumcsomagolása esetében használható a megfelelő zacskó:

- húsok
- halak
- friss, vagy már fogyasztásra előkészített zöldségek
- friss gyümölcsök
- főtt étel (lasagna, ragu, sültek)
- hideg főtt húsok
- sajtok (egész vagy reszelt)
- kekszek, kétszersültek
- kenyér, pizza, cipó
- kávé, tészta, rizs, liszt, szárított gyümölcs.

Húsok



A vákuumcsomagolt friss hús 6-9 napig is hűtőben tartható; a fagyasztott hús esetében ez az idő 15-20 hónap is lehet. A legtöbbek szerint a 0 fok alatti hűtés vákuumcsomagolással a legideálisabb tartósítási mód, mivel így érhető el a levegőtől a legtökéletesebb elszigetelés.

A fagyasztott étel ráadásul nem tud kiszáradni és megőrzi eredeti tápanyagtartalmát is. Javasolt a húst előhűteni a vákuumcsomagolás előtt, ezért a húst megközelítőleg 24 órára tegye a hűtőbe, majd ezután vákuumcsomagolja azt és így helyezze a mélyhűtőbe. Az előre előkészített húsgolyókhoz, panírozott csirkemellhez, krokettthez szintén kiválóan alkalmazható a vákuumcsomagolás, itt azonban az egyes darabokat célszerű elválasztani egymástól valamilyen csomagoló papírral, alufóliával - ellenkező esetben kiolvasztáskor nehezebb lesz szétválasztani őket. A fent leírt előkészületeket követően helyezze a húst a fagyasztóba, majd amikor el akarja fogyasztani azt, vegye ki a kívánt mennyiséget a fagyasztóból és egyből sütheti is anélkül, hogy várnia kellene az étel kiolvadására.

Nyers hús tárolásánál mielőtt becsomagolná pl. a csirkét, vadhúst vagy nyulat, készítse elő, mintha csak a főzéshez készítené elő (tisztítsa meg és darabolja). Amikor előkészíti a fagyasztott nyers húst a főzésre, fontos hogy a minél lassabb kiolvadáshoz a hűtőszekrény legalsó polcát vegye igénybe. Semmiképpen se olvassza ki a húst szobahőmérsékleten!
Oxigén hiányában a hús sötétebb színt ölt, ám ez a jelenség pusztán átmeneti, nem hosszú távú és közvetlenül azután történik, amikor a hús darabokra vágjuk. Amint a húst újra levegővel érintkezik, visszanyeri eredeti színét.

Főtt ételek (Lasagne, ragu, pecsenyék, stb.)

Természetesen lehetőség van az előre elkészített ételek vákuumcsomagolására is. Csak meg kell várni amíg az ételek kihűlnek, ezért 6-8 órára rakja be az ételt a hűtőbe, előhűtés céljából. Ezután helyezze az ételeket vákuumcsomagolásba és fagyassza le azokat.

Halak

A hal köztudottan viszonylag gyorsan megromlik, ezért a vákuumcsomagolás ideális választás ennek elkerülésére. A friss, hűtőben tartott vákuumcsomagolt hal 4-5 napig is bírja, fagyasztott és vákuumcsomagolt állapotban pedig akár egy évig is. Fagyasztás előtt a halat a főzéshez hasonlóan elő kell készíteni: meg kell pucolni, vízzel alaposan lemosni, sózni és alaposan megszárítani. Javasolt a halat 24 órára előhűteni a hűtőben a vákuumcsomagolás és mélyhűtőbe helyezés előtt. Nagyobb méretű hal esetében (pl. tonhal) célszerű több szeletre vágni azt, vagy előkészíteni megkönnyítve a későbbi főzést. A vákuumcsomagolt hal minél lassabb kiolvasztásához a hűtőszekrény legalsó polcát vegye igénybe és várjon, amíg az kiolvad. Semmiképpen se szobahőmérsékleten olvassza ki a mélyfagyasztott halat.

Friss zöldségek

A vákuumcsomagolásos technika a zöldségek széles körének a tartósítását teszi lehetővé anélkül, hogy olyan nyilvánvaló direkt fagyasztáskor (vákuumcsomagolás nélküli) felmerülő következményekkel kéne számolnia, mint például az értékes tápanyagok elvesztése, íz- vagy minőség vesztés. Valójában a zöldségek vízben nagyon gazdagok, így ha egyszer lefagyasztjuk azokat újbóli felengedésükhöz fel kell forralnunk azokat, ezzel azonban elveszítik eredeti halmazállapotukat és jellegzetességeiket. A zöldségek esetében általánosságban is nagyon fontos az enzimtevékenység megállítása és éppen ezért az elkerülhetetlen pusztulás megállítása érdekében meg kell tisztítani azokat, megpucolni, megmosni és forró vízben félig megfőzni (sózás nélkül) vagy mikrohullámú sütőben 3-5 perc alatt félig megfőzni. Amint a félig főzött zöldségek elérik a kívánt hőmérsékletet, tegyük hideg vízbe azokat, majd töröljük le róluk felesleges vizet és hagyjuk megszáradni. Majd helyezzük azokat vákuumcsomagolásba és tegyük a fagyasztóba. Néhány zöldség esetében, mint például a brokkoli, karfiol, káposzta, ha frissen vákuum csomagolunk, gázok szabadulhatnak fel, amelyek kitágítják és adott esetben ki is nyithatják a vákuumcsomagolást, ami a zöldségek megromlásához vezethet; ez a helyzet könnyedén kezelhető, ha félig megfőzzük a zöldségeket azok becsomagolása előtt. Javasoljuk, hogy paradicsomot és fokhagymát ne helyezzen vákuum-csomagolásba. A vákuum csomagolt zöldségek minél lassabb kiolvadáshoz a hűtőszekrény legalsó polcát vegye igénybe és várjon, amíg azok kiolvadnak.

Szalámik, sajtok (egész vagy reszelt)

A különböző húskészítmények tartósításakor vákuumcsomagolásos technológia esetében az a cél, hogy elkerüljük az oxidációt.
A vákuumcsomagolt és hűtőben tartott szalámi 25-40 napig is fogyasztható, míg a bolti csomagolásban hagyott szalámi esetében ugyanez az idő átlagosan 22 nap.

A sajtokat vákuumcsomagolással tartósítva a megpenészedés és a kiszáradás is megelőzhető. Mindegyik sajtfajta könnyedén megromolhat a magas nedvességtartalmuk miatt.
A vákuumcsomagolással elkerülhető továbbá a sajtok megkeményedése valamint az oxidáció, amely az ízek és a szín romlását eredményezi.

Kekszek, kétszersültek

A vákuumcsomagolásban tartva megőrzik illatukat és frissességüket, ropogósak maradnak. Így megromlásuk, penészedésük, vagy a bogarak általi beszennyeződésük lehetetlenné válik.

Kenyér, pizza, cipó

A vákuumcsomagolás alkalmazása különösen fagyasztással ajánlott ezen termékek esetében.
A kenyér és minden más pékáru a vákuumcsomagolásnak köszönhetően megőrzi karakteres illatát és frissességét.
A fagyasztott pékáru és pizza sütőben melegítve szinte olyan, mintha frissen sült volna.

Kávé, tészta, rizs, liszt, szárított gyümölcsök

A termékek vákuumcsomagolása teljesen megakadályozza a különösen a melegebb hónapokban elszaporodó kórokozók bejutását az ételekbe.
A száraz alapanyagok esetében, mint például a rizs vagy a liszt nem szükséges a hűtőszekrény alkalmazása, vákuumcsomagolásban szobahőmérsékleten is tárolható. A szemes és őrölt kávé esetében a vákuumcsomagolás megakadályozza a szemes kávéban található olajak elsavasodását, ezért csomagolják így a kávét a gyártók is. A szárított gyümölcsök, magvak, mogyoró, tökmag szintén magas olajtartalommal bírnak, amely oxidációját és savasodását a vákuumcsomagolás megakadályozza.
A tészta vagy ravioli (töltelékkel együtt is) elkészítése után javasolt azok hűtőben tárolása legalább egy fél órán át, amíg megdermednek. Ezután lehetséges a vákuumcsomagolásuk.

Fontos javaslatok, okos tippek:

- Mindig teremtse meg a lehető legmagasabb higiéniai feltételeket, megakadályozva a mikroorganizmusok elterjedését.
- Mindig alaposan mosson kezet, mielőtt vákuumcsomagolja az ételt.
- Tartsa tisztán az eszközöket és a környezetet, amelyek érintkeznek a vákuumcsomagolt élelmiszerrel.
- Előrecsomagolt élelmiszer esetén lehetséges annak újracsomagolása, hogy hosszabb ideig megőrizze ízét és frissességét. Vegye azonban figyelembe, hogy a lejárati idő tekintetében továbbra is az eredeti csomagoláson található lejárati dátum a mérvadó.
- Az ételek kiolvasztása után fogyassza el azokat, újrafagyasztásuk nem lehetséges.
- Miután vákuumcsomagolta a romlandó élelmiszert, ne hagyja túl sokáig szobahőmérsékleten, hanem mihamarabb tegye a hűtőbe vagy fagyasztóba. Figyeljen oda, hogy a termékek hőmérsékletében ne következhessen be jelentős ingadozás.
- Ne használja újra a vákuumzacskókat.
- Címkézze fel a csomagokat, megjelölve rajtuk az élelmiszer típusát és a dátumot.
- Az olyan típusú élelmiszerek esetében, amelyek kiszúrhatják a vákuumcsomagoló zacskót, helyezzen belülről papírszalvétákat a zacskó sarkaiba.
- A papírszalvéták alkalmazása megakadályozza továbbá az apró szemű, szemcsés ételek készülékbe jutását is.
- A puhább és finomabb szerkezetű élelmiszerek (halak, eper stb.) esetében mindenképpen szükséges azok előhűtése legalább egy éjszakán keresztül vákuumcsomagolás előtt és csak utána helyezhetők a fagyasztóba.
- A keményebb, merev szerkezetű ételek okozhatják némi levegő megjelenését a tasakban, amely nem távolítható el.

- Azon ételeket, amelyeket a vákuumcsomagolásból eltávolított és megmelegített, célszerű azonnal elfogyasztani, mivel a továbbiakban már nem érvényesül a vákuumcsomagolás levegőtől elzáró hatása, így az étel romlásnak indulhat.
- +1 Tipp!
  Sokféle, nem ehető termék is tárolható vákuumcsomagolásban. Tárolhat benne ezüstöt, fontos dokumentumokat (megelőzve az elsárgulásukat), fotó negatívokat, gyógyszereket, videó szalagokat, stb. Minden olyan tárgy, amely a levegőre érzékeny és oxidálásnak indul, biztonságosabban tárolható vákuumcsomagolásban.

LAICA®

www.laicashop.hu

Iroda (nem üzlethelyiség!):
1158 Budapest, Késmárk utca 16.

©Ez a bemutató a Silko&Co Kft. és a LAICA SPA szellemi tulajdona!
Bármilyen változtatás vagy másolás TILOS! és jogi következménnyel jár!
A feltüntetett képek és márkanév a LAICA S.p.a tulajdona!