

Как правильно хранить свежую рыбу в холодильнике

Свежая рыба — это не только гастрономическое удовольствие, но и источник белка и полезных веществ. Из рыбы можно приготовить великое множество закусок, супов, холодных и горячих блюд. Сибас, щука, лосось, камбала, мойва, хек и многие другие виды рыб можно найти на прилавках свежими круглый год. Но чтобы насладиться их насыщенным вкусом и избежать потери качества, недостаточно правильно приготовить, важно знать, как правильно хранить рыбу в холодильнике. Эта задача становится особенно актуальной, если рыба свежая и вы не планируете готовить ее сразу после покупки. В этой статье рассмотрим подробнее хранение уже приготовленной и сырой рыбы и морепродуктов, а также расскажем, как правильно заморозить рыбу, чтобы сохранить вкусовые качества и внешний вид.

С чего начать?

Выбор качественной свежей рыбы имеет большое значение. При выборе обратите внимание на следующие признаки: рыба имеет ясные, не мутные глаза, свежий запах моря, мясо остается упругим при надавливании пальцем.

Температура хранения

Прежде чем убрать покупку в холодильник, обратите внимание на температурный режим. Свежесть лучше всего сохраняется при температуре до 4 градусов Цельсия. Оцените ваш холодильник и выберите самое прохладное место для рыбы. Некоторые современные устройства имеют специальную зону свежести, где вы можете хранить свежую рыбу. Холодильник автоматически поддерживает оптимальные показатели температуры и влажности, там рыба сохранит свою свежесть и вкусовые качества лучше.

Рыба в вакуумной упаковке

Используйте вакуумную упаковку, чтобы свежая рыба как можно лучше сохранилась. Такая упаковка, как правило, представляет собой пакет, из которого удаляется воздух при помощи специального устройства. Таким образом замедляются процессы окисления продукта и развития бактерий, что продлевает срок хранения.

Рыба в пищевой пленке

Если вакуумной упаковки под рукой нет, оберните рыбу пленкой для хранения продуктов, перед тем как убрать в холодильник. Такое хранение обеспечивает дополнительный барьер от воздуха и позволяет сохранить свежесть продукта.

Срок хранения

Свежую рыбу лучше всего употребить в пищу в течение суток с момента покупки. Если это невозможно, правильное хранение может продлить этот срок до 2 дней. Но хранить дольше указанного времени не рекомендуется, поскольку рыба может испортиться.

Разделка рыбы

Если рыба приобретена в целом виде, почистите ее, удалите внутренности и разрежьте на порционные куски. Упакуйте куски в герметичную упаковку и уберите в холодильник. Такой способ облегчит дальнейший процесс приготовления, способствует быстрому и равномерному охлаждению и поможет сохранить продукт.

Рыба в маринаде

Попробуйте замариновать рыбу перед хранением. Маринады, основанные на лимоне, уксусе или соевом соусе, помогут усилить вкус и дают возможность хранить рыбу в более безопасных условиях. Убедитесь в том, что вы используете герметичную чистую емкость, и уберите рыбу в маринаде в холодильник.

Заморозка рыбы

Если не планируете готовить рыбу в ближайшее время, рекомендуется хранить ее в морозильной камере. Для этого удалите чешую и внутренности, разделайте целую тушку на порционные куски. Обсушите их при помощи бумажного полотенца – рыба должна быть сухой. Используйте герметичную упаковку и уберите в морозильную камеру. Срок хранения замороженной рыбы составляет 6 месяцев. Для удобства подготовьте наклейки со сроком годности, чтобы не хранить рыбу дольше положенного.

Разморозка рыбы

Замороженная рыба лучше всего оттаивает в холодильнике на нижней полке. Не рекомендуется хранить размороженную рыбу дольше нескольких часов. Следует иметь в виду, что замораживать рыбу повторно не рекомендуется, поскольку текстура мяса может измениться.

Хранение морепродуктов

Морепродукты, например, креветки, мидии, кальмары требуют особого внимания при хранении, чтобы сохранить их свежий вкус и избежать потери качества. Не рекомендуется хранить деликатесы слишком долго: срок хранения свежих морепродуктов не должен превышать двух дней. Хранение даров моря необходимо организовать в чистой герметичной посуде. Следует удалить лишнюю жидкость.

Если вы не планируете готовить дары моря в скором времени, рекомендуется хранить их в морозильной камере. В этом случае срок хранения составляет 6 месяцев. Если вы решили хранить морепродукты в морозилке, удалите лишнюю жидкость. Рекомендуется очистить кальмары от внутренностей. Хранение следует организовать в герметичной упаковке, чтобы запах не распространился на другие продукты в камере.

Держите холодильник в чистоте

Регулярная уборка внутри холодильника поможет предотвратить появление неприятных запахов и размножения бактерий, а это играет важную роль в сохранении свежести рыбы. Чтобы почистить холодильник, вы можете использовать специальные мягкие моющие средства, которые продаются на любом маркетплейсе.

Эти несложные рекомендации помогут сделать хранение рыбы надежным и сохранить вкусовые и питательные свойства продукта, а свежая рыба будет под рукой для ваших кулинарных экспериментов. Если вы сомневаетесь в том, что рыба или морские деликатесы остались свежими, не рекомендуется продолжать хранить такие продукты.

