

Nakrájený chléb v českých obchodech představuje velkou hrozbu. Supermarkety se snaží ušetřit na úkor lidí

aazdravi.cz/nakrajeny-chleb-v-ceskych-obchodech-predstavuje-velkou-hrozbu-supermarkety-se-snazi-usetrit-na-ukor-lidi

Všechny příspěvky autora Kristýna Lorencová

13. 2. 2023



Pro mnoho lidí představuje krájený chléb významnou úlevu. Není nutné kupovat kráječ ani se potýkat s komplikacemi při krájení s běžným nožem. Avšak při nákupu krájeného pečiva není vždy nutné automaticky volit tento typ produktu, má totiž i svá rizika.

Levné oleje v krájeném pečivu

Bohužel, ve snaze ušetřit peníze, mnoho výrobců nešetří na žádném aspektu výroby, včetně krájení chleba. Chléb bývá krájen noži ošetřenými nejlevnějším dostupným olejem, což má za následek rychlejší kazivost plátků. Někdy bývá pečivo také ošetřeno konzervačními látkami, jako je etylalkohol, což také není pro zdraví prospěšné. Vhodnější je kupovat nekrájený chléb a doma ho vhodně uskladnit.

Jak správně skladovat chléb, aby vydržel?

Chcete, aby vám chléb co nejdéle vydržel čerstvý? Pak ho skladujte v utěrce a v chlebníku. Nikdy nekládejte chléb do lednice, mohl by se zkazit. Pokud během dvou dnů nesníte celý bochník, rozdělte ho a zamrazte část. Zamrazený chléb zůstane čerstvý až na půl roku.

V případě, že objevíte plíseň na chlebu, ihned ho vyhodte celý a neprovádějte žádné odstraňování plísně. Tím byste se mohli vystavit zdravotním rizikům. Poté vyčistěte chlebník vodou s octem.



Foto: Shutterstock

Využijte staré pečivo

V dnešní době je stále větší trend neplýtvat a tuto myšlenku se snažíme aplikovat i na náš jídelníček. I přesto, že se snažíme nakupovat jen tolik potravin, kolik budeme schopni sníst, občas se stane, že nám zbyde staré pečivo.

Nejjednodušší řešení, jako kdysi naše babičky, spočívá v dávání zbytku zvířatům. Pro nás, kteří tuto možnost nemáme, existují jiné způsoby. Mluvíme zde o pečivu, které ještě není plesnivé, jako

například “gumové” rohlíky nebo okoralý chléb. Zatímco plesnivé pečivo je nutné vyhodit.

Jak na to?

Staré pečivo můžete využít na mnoho způsobů. Můžete z něj připravit domácí krutony, které se skvěle hodí ke svačině nebo jako dodatek k polévkám. Starý chléb můžete také nastrohat a použít jako strouhanku na řízky, nebo jako náplň do zeleninových nebo masových směsí.

Foto: Shutterstock

Nenechte si ujít