

Frío si, pero con medida...

Frío si, pero con medida...

[imprimir](#)

Es cierto que hace nada estábamos hablando de **lo útil que resulta tener una nevera** donde la **comida se mantenga durante más tiempo**, pero lo de tomarse las cosas con medida sirve para todo en esta vida, incluida la cocina. De la misma forma que algunos alimentos necesitan del frío para subsistir en nuestra casa, otros no sólo no lo necesitan, sino que se estropean con él. ¡Pongamos algunos ejemplos!

Muchas **frutas**, y en especial las tropicales, maduran mejor fuera del frigorífico. Los **plátanos** se oscurecen y pierden parte de su frescura dentro la nevera, y es mejor dejar que la **sandía y el melón** maduren en la despensa mientras no estén abiertos. **Las nectarinas y los melocotones** tampoco agradecen nada el frío, pero al tratarse de un producto bastante perecedero hay que echar mano del sentido común: cuando estés en el supermercado, evita hacer una mega compra que te obligue a copar la nevera durante todo el mes. Con una visita semanal al supermercado conseguirás mantenerlo todo en la despensa y consumirlo antes de que se pase.

En el apartado de hortalizas, ya vimos que esos **aguacates** que compramos cuando aún estaban duros como una piedra maduran mucho más rápido si los envuelves en papel de periódico y los guardas en un sitio fresco, pero fuera del refrigerador. En cuanto a los **tomates**, bastante drama es encontrarse con que la mayoría no tienen nada de sabor, para que encima nosotros los estropeemos más haciendo que el frío transforme su pulpa en una masa pastosa e insípida. **Las berenjenas y los pimientos** tampoco son grandes amantes de las bajas temperaturas. La nevera también daña el almidón de la **patata** (y la hace más dulce) y estropea las **cebollas**. Estas últimas sí que deben guardarse en la nevera una vez abiertas, pero dentro de un recipiente tapado, ya que su olor impregna con fuerza lo que tienen alrededor.

Otro error: ningún **pan** (tampoco el de molde) será igual de bueno después de unas horas de frío que le harán perder esponjosidad y suavidad, y lo transformarán en una miga húmeda. Tampoco le harás ningún bien al **jamón serrano** (especialmente

al ibérico), porque en frío pierde esa capacidad de *sudar* que lo hace tan rico al paladar. Al **queso seco** le pasa algo parecido, pero si lo tienes demasiado tiempo fuera de la nevera corres el peligro de que se deshidrate demasiado y quede duro como una piedra. Y en cuanto a los **platos ya cocinados**, déjalos enfriar al menos un par de horas fuera de la nevera, ya que si los metes al instante el choque del calor con el frío puede hacer que se estropeen.

Etiquetas

[chef plus induction](#)

[consejos para conservar comida](#)

[conservar frutas](#)

[conservar frutas y verduras](#)

[recetas faciles](#)

[trucos de cocina](#)

[trucos hortalizas](#)

[trucos verduras](#)

[Induction Pro](#)

Deja tu comentario

Su nombre

E-mail

Comentario

[Acerca de formatos de texto](#)

Plain text

- No se permiten etiquetas HTML.
- Las direcciones de correos electrónicos y páginas web se convierten en enlaces automáticamente.
- Saltos automáticos de líneas y de párrafos.

Publicar