

Meyve ve Sebzeleri Kurutalım, Kışa Hazırlık Yapalım

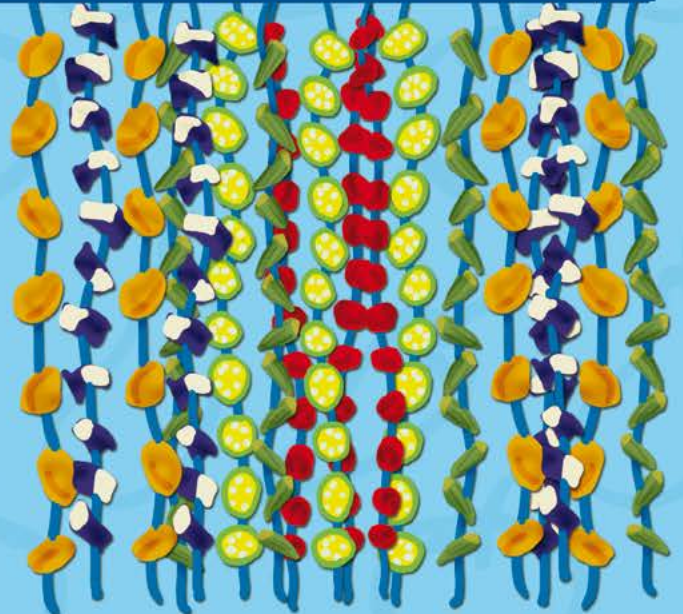


Yaz aylarında meyve ve sebze çeşidi çok olur.

Bu meyve ve sebzeleri kurutup saklarsak kış boyunca yiyebiliriz. Peki, meyve ve sebzeler nasıl kurutulur? Kurutulduktan sonra bozulmadan uzun süre nasıl kalabilir?



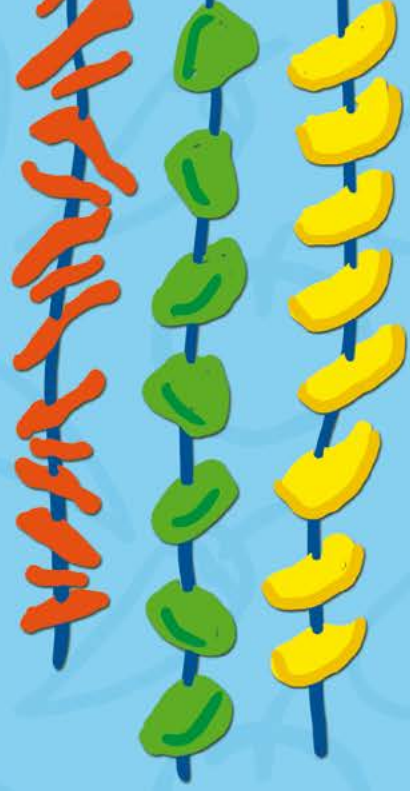
Meyve ve sebzelerin bozulmasına bazı bakteriler, maya mantarları ve küf mantarları neden olur. Bunlar meyve ve sebzelerin içerdiği besinleri ve suyu kullanır. Bu nedenle meyve ve sebzelerin üzerinde kolaylıkla gelişip çoğalabilirler. Bu durum da meyve ve sebzelerin içeriğinde ve görünüşlerinde birtakım değişikliklere yol açarak bozulmalarına neden olur. Ancak meyve ve sebzeler kurutulursa bozulmalarının önüne geçilebilir. Çünkü kurutulan meyve ve sebzelerin içerdiği su miktarı önemli ölçüde azalır. Bakteriler ve mantarlar da yeterince su bulamazlarsa gelişemez.



Meyve ve sebzeler yaz aylarında sıcak, kuru ve esintili yerlerde güneşte ya da gölgede kurutulur. Havadaki nem oranının yüksek olduğu deniz kıyısı gibi yerlerde meyve ve sebze kurutmak zordur.



Meyve ve sebzeler kurutulduğunda içerdikleri su miktarı azaldığı için boyutları küçülür.



Kurutulacak meyve ve sebzeler önce yıkanır. Bazı meyve ve sebzeler doğranıp bezlerin üzerine serilirken bazıları da yüksekçe bir yere asılır. Üzümler genellikle salkımlarından ayrılmadan asılarak kurutulur. Dolmalık biber gibi bazı sebzeler içleri temizlendikten sonra ipe dizilir ve asılarak kurutulur.

Meyve ve sebzeler fırında düşük sıcaklıkta uzun süre tutularak da kurutulabilir.

Küf mantarları her yerde bulunabilir. Meyve ve sebzeler kurutulurken ya da kurutulduktan sonra uygun olmayan koşullarda kalırsa üzerlerinde küf mantarları çoğalır. Çoğalan küf mantarları aflatoksin adı verilen zehirli bir madde üretir. Bu madde insan sağlığına çok zararlıdır. Bu nedenle kurutulmuş meyve ve sebzelerin kuru ve serin ortamlarda saklanması önemlidir.

