

野菜の保存の仕方

| 品目 | 保存方法 |
|----------|---|
| 青首大根 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 水分の蒸発を防ぐため、葉はすぐに切り分けてから保存 ・ 根部は、ビニール袋に入れて、冷蔵庫に保存 |
| 小かぶ | <ul style="list-style-type: none"> ・ 水分の蒸発を防ぐため、葉はすぐに切り分けてから保存 ・ 葉も根も霧を吹きかけてからビニール袋にいれ、野菜室に保存 |
| 黒田五寸にんじん | <ul style="list-style-type: none"> ・ 新聞紙に包んで冷暗所に保存 又は ・ ビニール袋に入れて、冷蔵庫の野菜室に保存 <p style="margin-left: 20px;">水気に弱いため、保存時には水をふき取ることが重要</p> |
| 金時にんじん | 同上 |
| ほうれん草 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 濡れた新聞紙に包み、ビニール袋に入れて野菜室に保存 ・ 多いときは堅めに茹でておくと便利。冷凍庫へ保存可能 |
| 春菊 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 同上 |
| 水菜 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 濡れた新聞紙に包み、ビニール袋に入れて野菜室に保存。 |
| グリーンリーフ | <ul style="list-style-type: none"> ・ 同上 |
| ブロッコリー | <ul style="list-style-type: none"> ・ ラップをして野菜室へ保存。 ・ 多い時は、小口に切って固めに茹でて冷凍庫に保存 |
| キャベツ | <ul style="list-style-type: none"> ・ 新聞紙に包んで冷暗所に保存 ・ カットしたものは、新聞紙や湿らせた紙でくるみ、ビニール袋で軽く包み、野菜室にて保存 ・ 芯をくりぬき、ぬらしたペーパータオルを詰めると長持ちする |
| サラダ菜 | <ul style="list-style-type: none"> ・ ラップに包むかビニール袋に入れて、冷蔵庫で保存 |
| レタス | <ul style="list-style-type: none"> ・ 外の葉をはがし、それでくるみ、そのうえからラップをして冷蔵庫の野菜室で保存 ・ 使いかけの場合は、濡れた新聞紙に包んで保存。 ・ 芯をくりぬき、ぬらしたペーパータオルを詰めると長持ちする |
| | |
| | ・ |
| | ・ |