

بالفيديو.. مختص يحذّر: إعادة تسخين الطعام أكثر من مرة ممارسة غير آمنة

9 يونيو، 2026



حذّر مختص في علوم الأغذية الدكتور مشوح المشوح من إعادة تسخين الطعام أكثر من مرة، مؤكداً أن هذه الممارسة لا تُعد آمنة من الناحية الغذائية وقد تزيد من احتمالية حدوث مشكلات صحية.

وأوضح المشوح خلال لقائه ببرنامج "يا هلا"، أن تسخين الأطعمة مثل الأرز والدجاج في جهاز الميكرويف قد لا يضمن وصول الحرارة بشكل متساوٍ إلى جميع الأجزاء، إذ تبقى بعض المناطق أقل حرارة من غيرها، ما قد يسمح ببقاء بعض البكتيريا الحية.

وأشار إلى أهمية تقليب الطعام وتحريكه أثناء التسخين، ثم إعادته إلى الميكرويف لفترة إضافية عند الحاجة، مع التأكد من وصول الحرارة إلى جميع أجزائه وارتفاعها إلى المستوى الكافي للقضاء على البكتيريا وضمان سلامة الغذاء قبل تناوله.

<https://x.com/i/status/2064406503268720673>