

أطعمة لا تضعها معًا في ثلاجتك لتفادي التلف

27 يوليو، 2026



حذر الدكتور أندريه دوروخوف، الأستاذ المشارك في قسم الكيمياء غير العضوية بالجامعة التقنية الروسية، من تخزين الفواكه والخضراوات التي تطلق غاز الإيثيلين بالقرب من الأطعمة الحساسة لهذا الغاز.

وأوضح دوروخوف أن الإيثيلين يعد هرمونًا نباتيًا طبيعيًا تطلقه العديد من الفواكه والخضراوات أثناء عملية النضج، ما يسرع شيخوخة الأطعمة المجاورة ويؤدي إلى تلفها.

وأشار إلى أن التفاح، والأفوكادو، والموز، والإجاص، والمشمش، والخوخ، والبرقوق، والبطيخ من أبرز مصادر الإيثيلين، بينما يُعد الخيار، والبروكلي، والقرنبيط، والخضراوات الورقية، والبطاطس، والجزر، والبصل من أكثر الأطعمة حساسية لهذا الغاز.

وأضاف أن الطماطم تطلق الإيثيلين بكميات معتدلة تزداد مع النضج،

في حين يصفر الخيار ويفقد صلابته بسرعة عند تعرضه للإيثيلين، كما أن تخزين التفاح بجوار البطاطس يضعف نكهتها ويسرع إنباتها، وقد يكتسب الجزر مرارة إذا وضع بجوار التفاح.

ونصح بفصل الأطعمة المنتجة للإيثيلين عن الحساسة له لإطالة مدة صلاحيتها والحفاظ على جودتها، مشيرًا إلى أهمية استخدام عبوات وأكياس محكمة الإغلاق، والحفاظ على درجات حرارة مناسبة في الثلاجة (0-4 درجات مئوية) والمجمد (18 درجة مئوية تحت الصفر)، مع مراقبة مستوى الرطوبة لمنع تلف الأطعمة الجافة وتكاثر الحشرات.