

ফ্রিজে রাখার সময়সীমা

৯০ মিনিট

আপনার কিচেনে ঠান্ডা করার লক্ষ্য। রান্না শেষ হলেই সময় গোনা শুরু করুন।

ছোট পোর্শন।
অগভীর পাত্র।
দ্রুত ঠান্ডা।



01 পরিমাণ কমান

খাবার ছোট ছোট পোর্শনে ভাগ করুন। অগভীর পাত্র বা ব্লাস্ট চিলার ব্যবহার করুন।

02 দ্রুত ঠান্ডা করুন, খাবার সুরক্ষিত রাখুন

বরফ-পানির পাত্রে বসান এবং উপযুক্ত হলে পরিষ্কার চামচ দিয়ে নাড়ুন। কাঁচা খাবার থেকে দূরে রাখুন।

03 ফ্রিজে রাখুন, লেবেল ও রেকর্ড করুন

ঠান্ডা হলে ঢেকে দ্রুত ফ্রিজে রাখুন। ফ্রিজ ৫°C বা তার কম রাখুন। ঠান্ডা করার সময় রেকর্ড করুন।

ভাত: ১ ঘণ্টার মধ্যে ঠান্ডা করুন। গরম খাবারের বড় পাত্র ফ্রিজে রাখবেন না। ঠান্ডা হতে বেশি দেরি হলে আপনার নিরাপদ পদ্ধতি মেনে চলুন; নিরাপত্তা নিয়ে সন্দেহ থাকলে ফেলে দিন।