BMA
กรุงเทพมหานคร
BANGKOK METROPOLITAN ADMINISTRATION

เรียบเรียงโดย นางสาวยุวดี บุญชัยวัฒนา นักวิชาการสุขาภิบาลปฏิบัติการ
จัดทำโดย นางสาวปัทมวรรณ อินทะวี พนักงานช่วยงานด้านสาธารณสุข

เคล็ด (ไม่) ลับ กับการเก็บไข่ให้อยู่นาน

ไข่ไก่ คือ วัตถุดิบที่แทบทุกบ้านต้องมีติดครัว เพราะสามารถสร้างสรรค์เมนูง่ายๆ ได้มากมาย เช่น ไข่เจียว ไข่ดาว ถ้าอยากเก็บไข่ไว้ได้นานๆ ต้องเลือกซื้อไข่ไก่ที่สดใหม่

วิธีการเลือกซื้อไข่สด

เลือกซื้อไข่ที่มีผิวนวลคล้ายมีแป้งเคลือบอยู่ที่เปลือก จับแล้วสากมือ ผิวไม่มันเงา เปลือกไข่ต้องสะอาด ไม่มีมูลสัตว์ติด ไม่มีรอยบุบหรือแตกร้าว ถ้าเป็นไข่สดใหม่จะมีน้ำหนักมากกว่าไข่เก่าและเมื่อเขย่าดู จะไม่คลอน

วิธีการเก็บไข่ให้อยู่นาน

1 ไม่ควรล้างไข่ก่อนนำไปเก็บเข้าตู้เย็น

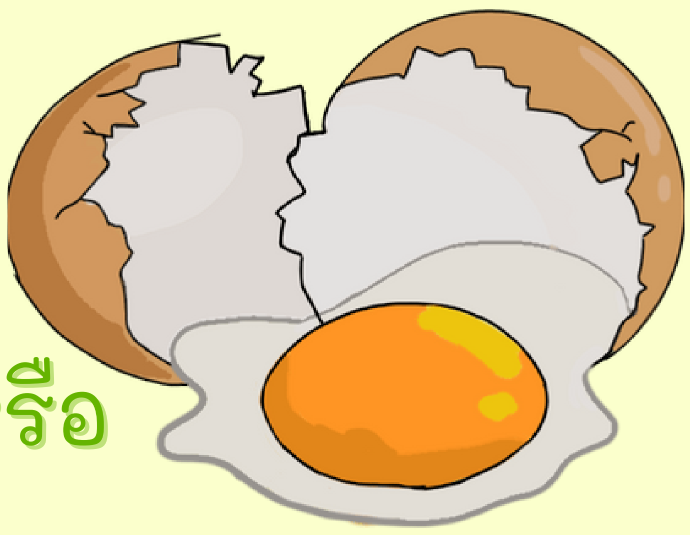
เพราะจะทำให้สารเคลือบผิวที่รักษาความสดของไข่ถูกทำลายได้ แต่ก่อนจะนำไปปรุงอาหารควรล้างไข่ด้วยน้ำอุ่นและไม่ควรนานจนเกินไป

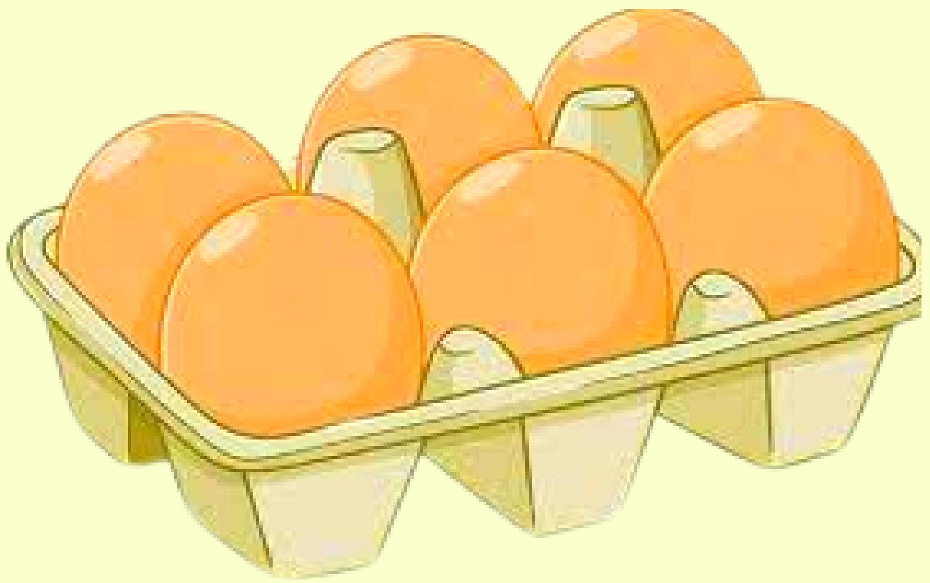
2 ควรนำไข่ไปเก็บในตู้เย็น

ที่อุณหภูมิไม่เกิน 5°C ในภาชนะที่สะอาด แยกเป็นสัดส่วนเฉพาะ ถ้าต้องการเก็บให้นานขึ้น ให้วางไข่โดยให้ด้านป้านของไข่อยู่ข้างบน และไม่ควรเก็บไว้เกิน 5 สัปดาห์

3 ควรเก็บไข่ไว้ในช่องวางไข่

เพื่อป้องกันการกระทบกระเทือน และป้องกันการระเหยของน้ำออกจากไข่





4 หากพบว่าไข่มีรอยร้าวหรือแตกไม่ควรปล่อยทิ้งไว้

เพราะเชื้อโรคที่เปลือกไข่อาจเข้าไปในไข่ได้ ควรตอกใส่ภาชนะที่มีฝาปิดสนิทแล้วแช่ตู้เย็นจะทำให้เก็บได้นานขึ้น

สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

@FOODSANITATION

Food Sanitation Division Health Department BMA

แหล่งข้อมูล: สืบค้นจากhttp://healthydee.moph.go.th/view_article.php?id=1233 (7ก.พ.65) กระทรวงสาธารณสุข (ออนไลน์).