

3 วิธีล้างผัก ผลไม้ ลดสารตกค้าง



น้ำผสมเกลือ



ผสมเกลือ 1 ช้อนโต๊ะ ต่อน้ำ 2 ลิตร
แช่ให้ท่วมผักและผลไม้ 15 นาที
แล้วล้างออกด้วยน้ำสะอาด

ลดสารตกค้างได้ 27-38 %

ล้างน้ำธรรมดา



แช่น้ำ 15 นาที เขย่าหรือลูบเบาๆ
แล้วล้างผ่านน้ำไหลผ่านซ้ำอีก 1 ครั้ง
ไม่น้อยกว่า 30 วินาที

ลดสารตกค้างได้ 25-63 %

น้ำผสมเบกกิ้งโซดา



ผสมเบกกิ้งโซดา 1 ช้อนชา ต่อน้ำ 4 ลิตร
แช่ให้ท่วมผักและผลไม้ 15 นาที
แล้วล้างออกด้วยน้ำสะอาด

ลดสารตกค้างได้ 90-95 %

