



**Разделочные доски:
простые правила**

Сколько нужно досок



На кухне их должно быть минимум три:

- для термически необработанных продуктов: мяса и рыбы
- готовой еды: хлеба, колбасы, сыра
- зелени, овощей и фруктов

Так вы убережёте себя от отравления: бактерии с сырых продуктов не попадут на готовые.



Какой материал выбрать



Объясняем: у каждого есть свои плюсы и минусы.

Дерево обладает антибактериальными свойствами и щадит ножи, но боится влаги.

Пластик прост в уходе, но на нём быстро появляются глубокие царапины, в которых могут скапливаться бактерии.

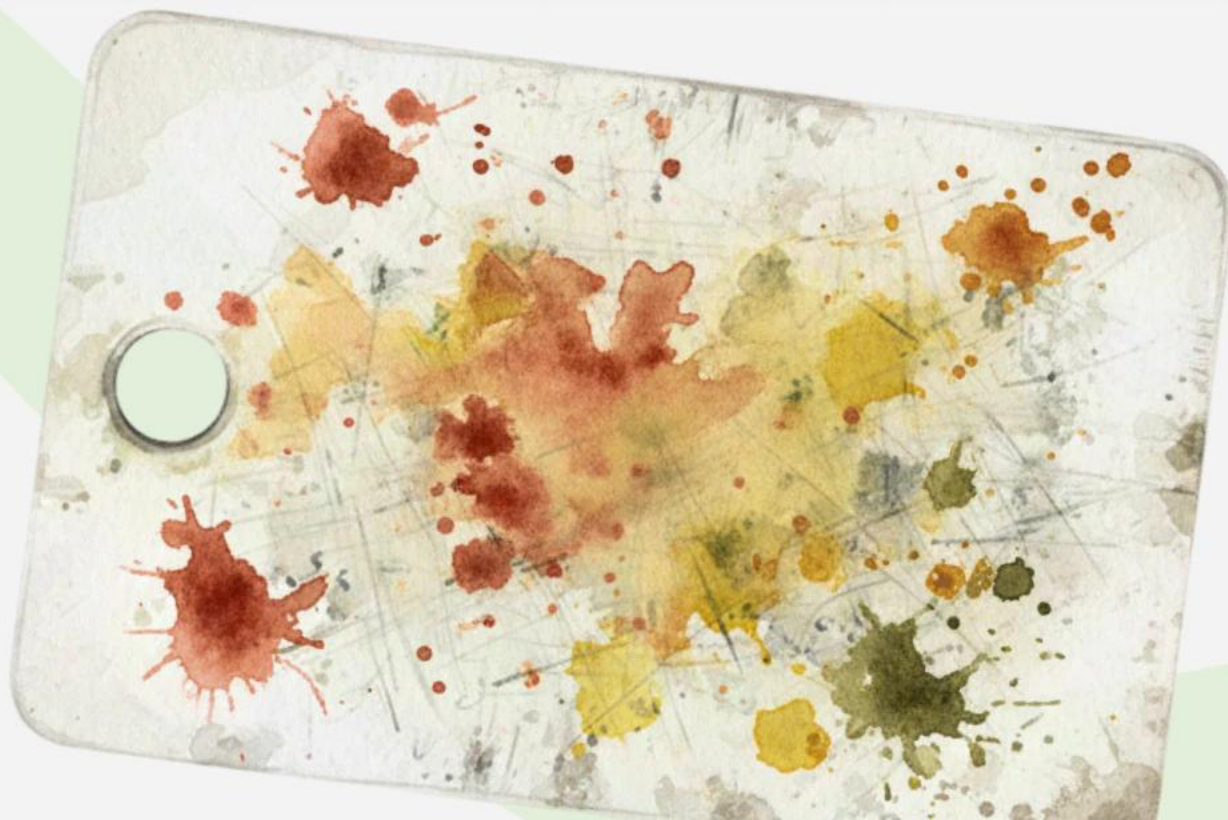


Стекло не впитывает запахи, его сложно поцарапать. Однако оно быстро тупит ножи.

Почему уход важнее материала?



Любая доска — из дерева, пластика или стекла — станет рассадником бактерий, если её плохо мыть, хранить сырой и не дезинфицировать.



Как мыть



После каждого использования мойте доску горячей водой с мылом или средством для мытья посуды, а затем сушите. Пластиковые можно ставить в посудомоечную машину.

Периодически обрабатывайте доску пищевой содой, уксусом или перекисью водорода — они уничтожат микробы.



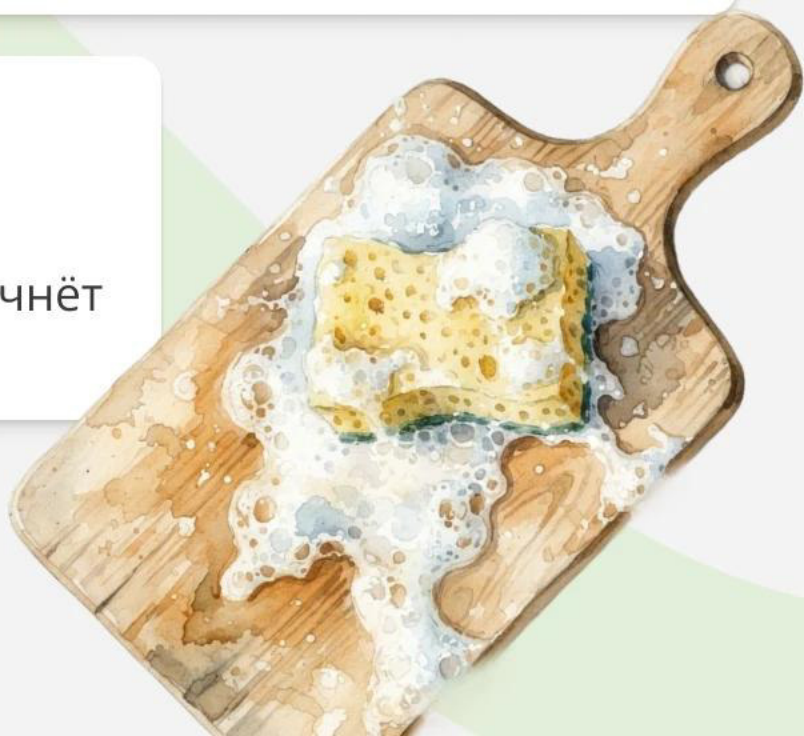
Как ухаживать за деревянной доской



Её можно мыть только вручную, а после этого нужно вытирать насухо.

Каждые несколько недель обрабатывайте доску минеральным маслом. Оно защитит от впитывания запахов, влаги, появления бактерий и плесени.

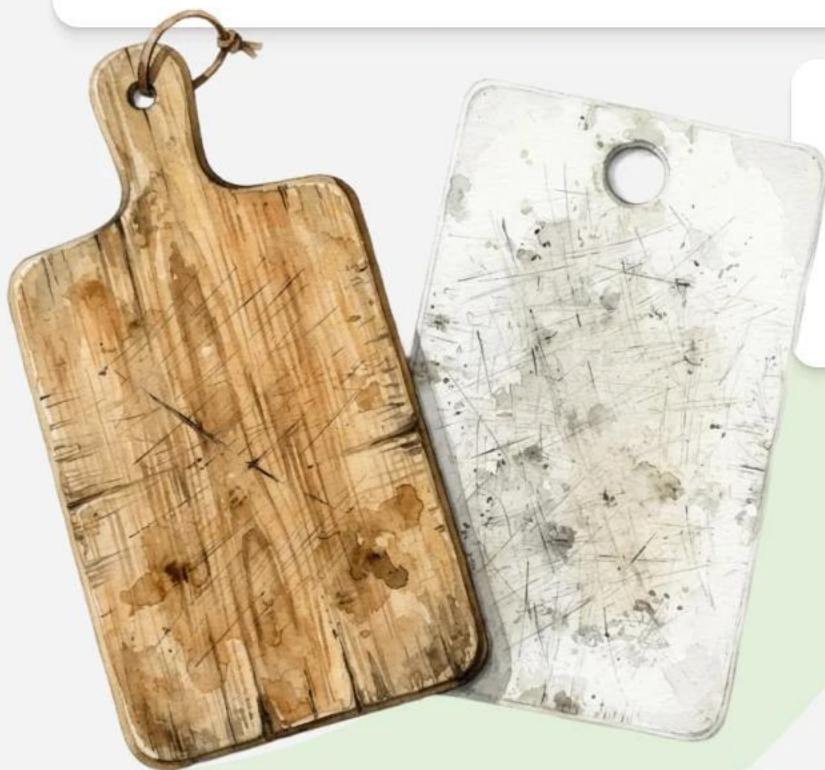
Важно! Растительное масло не подходит: со временем оно прогоркнет и доска начнёт неприятно пахнуть.



Когда менять



Любая доска со временем изнашивается. Если на ней появились глубокие борозды или тёмные пятна, которые не отмываются, её пора выбрасывать.



В среднем разделочные доски служат не больше года.