



چگونه میوه و سبزیجات را در دوران همه گیری کرونا ضدعفونی کنیم؟

در دوران همه گیری کرونا یکی از مهمترین موارد، چگونگی نظافت و پاکیزگی میوه‌ها و سبزیجات است. در واقع این بسیار مهم است که با توجه به زنده ماندن ویروس روی سطوح، بیش از همیشه به تمیزی میوه و سبزیجات اهمیت دهیم.

در دوران همه گیری کرونا یکی از مهمترین موارد، چگونگی نظافت و پاکیزگی میوه ها و سبزیجات است. در واقع این بسیار مهم است که با توجه به زنده ماندن ویروس روی سطوح، بیش از همیشه به تمیزی میوه و سبزیجات اهمیت دهیم.

پایگاه خبری تحلیلی انتخاب: در دوران همه گیری کرونا یکی از مهمترین موارد، چگونگی نظافت و پاکیزگی میوه ها و سبزیجات است. در واقع این بسیار مهم است که با توجه به زنده ماندن ویروس روی سطوح، بیش از همیشه به تمیزی میوه و سبزیجات اهمیت دهیم.

به گزارش سرویس خواندنی های انتخاب، اگر پس از شیوع کرونا بین مصرف میوه و سبزیجات تازه برای دریافت ویتامین های مورد نیاز بدنتان و روش های ضدعفونی آن دچار دوگانگی شده اید، بهتر است این را بدانید که می توانید خوراکی های مورد علاقه خود را تمیز کرده و مصرف کنید و به این نکات نیز دقت کنید:

مصرف روزانه میوه و سبزیجات می تواند برای پیشگیری از ابتلا به کرونا بسیار مفید باشد

میوه ها و سبزیجات را با آب پاکیزه بشویید

چگونه میوه و سبزیجات را در دوران همه گیری کرونا ضدعفونی کنیم؟

_ از برس های نرم یا دستمال های ویژه با اندکی زبری برای شستشوی پوشش بیرونی میوه ها استفاده کنید

_ مایع ظرفشویی یا مایعات ویژه ضدعفونی سبزیجات را برای شستشوی میوه ها به کار بگیرید

_ برای میوه های سفت مثل سیب یا صیفی جات استفاده از برس ساده تر است

_ برای میوه و سبزیجات نرم تر که ممکن است له شوند، ریختن میوه ها در آب آغشته به مواد ضدعفونی کننده می تواند مفید باشد

چگونه میوه و سبزیجات را در دوران همه گیری کرونا ضدعفونی کنیم؟

_ ترجیحا میوه ها را خیس داخل یخچال نگذارید و اجازه دهید آب میوه ها کاملا خشک شود یا از دستمال استفاده کنید

_ قبل از شروع به شستشوی میوه و سبزیجات، کانتر و ظرفشویی را تمیز کنید

_ نیازی به شستشوی بیش از حد مرغ، گوشت یا تخم مرغ نیست چرا که طبق گفته های موسسه ایمنی مواد غذایی دانشگاه کرنل، درجه حرارت بالا می تواند ویروس را نابود کند.