

여름철 냉장고 관리

○ 절전요령

너무 많은 식품을 넣지않는 것이 요령이다. 냉장고에는 내부 용적의 35% 정도만 채워두는게 보존효율을 가장 높이는 방법이다.

냉장고의 문짝을 여닫는 회수도 가급적 줄여야 한다. 실험에 의하면 냉장고문을 한번 여닫는데 3w 정도의 전력소비가 있다고 한다. 또한 냉장고 뒷판의 방열판에 먼지가 덮여 있으면 방열효율이 떨어져 전력낭비 요인이 된다.

특히 서리가 낄 경우 냉장고의 성능이 크게 떨어지며, 서리제거시 전열장치의 작동으로 전력소비를 높이는 요인이 된다.

냉장고 구입시 성능, 설치요령, 사용상 주의할 점 등을 익혀둔다.

냉장고를 설치하는 곳은 바닥이 단단하고 평평한 곳이어야 하며 통풍이 잘 되어야 한다.

통풍이 잘 되도록 좌우 2Cm, 뒷면 2~10Cm, 위쪽 30Cm 이상의 공간을 두어 방열효과를 높여주어야 한다. 바닥이 고르지 않고 통풍이 안되면 소음이 발생하거나 냉각·절전에 문제가 발생한다.

햇빛이 바로 드는 곳이나 발열체 부근은 피하고, 습기나 연탄가스가 없는 곳을 택해 설치한다.

냉장고 주위온도가 높으면 냉각력이 떨어지고 전기소모가 많으며 냉장고 외면이 변색·변형되기도 한다.

○ 식품 보관 요령

| | 식품명 | 저장기간 | 저장요령 | |
|---------|-----------|---------|---|--|
| 육류 | 쇠고기 | 4일 | <ul style="list-style-type: none"> · 장기간 보관시는 냉동실에 · 고기는 덩어리로 보관해야 세균번식과 부패방지가능 · 먹던 햄은 램으로 쓴다 · 고기는 소금을 뿌려 보관 | |
| | 돼지고기 | 3 " | | |
| | 닭고기 | 1 " | | |
| | 햄 (덩어리) | 개봉후 7일 | | |
| | 소시지 (") | " 3일 | | |
| | 베이컨 (") | " 1개월 | | |
| 어패류 | 조개 | 2일 | <ul style="list-style-type: none"> · 조개는 소금물에 담갔다 보관 · 반드시 램에 싸서 보관 | |
| | 자반 | 4 " | | |
| | 어묵 | 개봉전 | | 7일 |
| | | 개봉후 | | 2 " |
| 야채와 과일류 | 시금치 | 2일 | <ul style="list-style-type: none"> · 전조를 막기 위해 반드시 램으로 싸서 보관 · 흠이 들어있는 채로 보관하면 안됨 · 오이와 피망은 물기가 있으면 상하기 쉬우니 물기를 완전히 없앤 후에 저장 | |
| | 토마토·오이 | 4 " | | |
| | 파슬리 | 3 " | | |
| | 가지 | 3 " | | |
| | 피망 | 3 " | | |
| | 양배추 | 10 " | | |
| | 버섯류 | 3 " | | |
| | 딸기 | 2 " | | |
| | 복숭아 | 3 " | | |
| 포도 | 7 " | | | |
| 조미료 | 간장 | 개봉후 1개월 | <ul style="list-style-type: none"> · 개봉후 냉장고에 보관하지 않으면 저장기간은 더욱 단축됨 | |
| | 소스 | " 2 " | | |
| | 케찹 | " 2 " | | |
| | 마요네즈 | " 1 " | | |
| 유제품 | 우유 | 개봉전 | 제조일부터 7일 | <ul style="list-style-type: none"> · 버터, 마가린 등을 장기간(1년)보관할 때는 냉동실에 보관 |
| | | 개봉후 | " 2 " | |
| | 유산균음료 | 개봉전 | 10일 | |
| | | 개봉후 | 5 " | |
| | 요구르트 | 개봉전 | 7일 | |
| | | 개봉후 | 4 " | |
| | 버터, 마가린 | 개봉전 | 3개월 | |
| | | 개봉후 | 2주 | |
| | 슬라이스치즈 | 개봉전 | 1년 | |
| 개봉후 | | 7일 | | |
| 경질치즈 | 개봉전 | 1개월 | | |
| | 개봉후 | 7일 | | |
| 기타 | 계란 | 2주일 | <ul style="list-style-type: none"> · 포장두부는 제조일로부터 3일 정도 보관가능 | |
| | 두부 | 1일 | | |
| | 캔·병음료 | 개봉후 2일 | | |

