

家庭知識の一環・お肉の冷凍保存のコツ

◆ポイント①:小分けする

お肉を冷凍するときは、次に解凍して使用するとき、**使い切れるように小分けして冷凍**することが1つのポイントとなります。

小分けの時に、なるべくお肉が空気に触れないようにラップしたり、密封容器に入れたりし、**お肉の酸化と雑菌の繁殖を防ぐ**ことを心がけましょう。

なお、小分けしないで、同じ肉を**冷凍と解凍を繰り返し行**うと、**雑菌が繁殖**し、かつ、風味が落ちてしまうので要注意です。

なお、冷凍保存は永久的なものではありません。
冷凍が長期になると肉質が悪くなりますので注意しましょう！



◆ポイント②:ブロック肉は切り分け

もも肉やばら肉のかたまり・・・ブロック肉では、**お肉の内部まで冷凍するのに時間がかかります**。その間にお肉の色が**変色**してしまうおそれもあります。

これを解消するために、ブロック肉を**適当なサイズ・・・調理しやすい形等に切り分けて**、**表面をキッチンペーパーで水分を拭き取った後にラップ**をかけます。

さらに、切り分けた肉を、**密封容器やジッパーポリ袋に入れて**、**冷凍庫へ入れる**と良いでしょう。

一方、ひき肉の保存についてですが、ひき肉は空気に触れる**表面積が広く**、**消費期限も短い**ので、冷凍でも**注意**が必要です。

なるべく、**ひき肉を平らに引き伸ばし**、**極力空気に触れないようにラップ**をかけましょう。

そうすることで、**凍結時間が短くなり**ますし、**解凍時間も短くなり**ます。



参考資料:お肉の表示ハンドブック2013