

Vita in
CAMPAGNA

VIVERE
La Casa
in CAMPAGNA

www.vitaincampagna.it



Edizioni L'Informatore Agrario

Tutti i diritti riservati, a norma della Legge sul Diritto d'Autore e le sue successive modificazioni. Ogni utilizzo di quest'opera per usi diversi da quello personale e privato è tassativamente vietato. Edizioni L'Informatore Agrario S.r.l. non potrà comunque essere ritenuta responsabile per eventuali malfunzionamenti e/o danni di qualsiasi natura connessi all'uso dell'opera.

Tenete puliti frigorifero e lavastoviglie per garantirne l'igiene e il corretto funzionamento

Non dobbiamo dimenticare che, come tutti gli elettrodomestici, anche il frigorifero e la lavastoviglie necessitano di una pulizia periodica. Vediamo quali semplici regole ci aiutano a farli funzionare a lungo e bene

FRIGORIFERO e lavastoviglie sono elettrodomestici assai utili e presenti rispettivamente in tutte e in poco meno della metà delle famiglie italiane. Come gran parte dei dispositivi elettromeccanici disponibili in ambiente domestico, per dare il meglio e per durare a lungo nel tempo hanno bisogno di minimi, ma regolari interventi di manutenzione e pulizia, che consentono anche, nel caso del frigorifero, di ridurre l'eventualità di indesiderate contaminazioni batteriche tra gli alimenti e, nel caso della lavastoviglie, di ottenere stoviglie ben lavate e opportunamente igienizzate.

L'igiene nel frigorifero

Nel nostro frigorifero molti dei batteri che si sviluppano bene a condizioni termiche più elevate trovano nelle basse temperature un effettivo ostacolo alla loro attività. Le stesse temperature, tuttavia, possono favorire l'attività di batteri altrettanto nocivi per la corretta conservazione degli alimenti e, di conseguenza, per la nostra salute.

La corretta conservazione degli alimenti in frigorifero

Modesti accorgimenti da adottare quando gli alimenti sono collocati nel frigorifero possono ridurre grandemente il rischio che si diffondano batteri.

◆ **Tutti gli alimenti vanno protetti**



1 Tenete gli alimenti all'interno di contenitori e protetti da pellicole o coperchi

prima di essere introdotti nel frigorifero, sia per evitare la formazione di cattivi odori e umidità, sia per preservare gli altri alimenti da eventuali contaminazioni. A questo scopo, in relazione alle caratteristiche dei diversi cibi, vi possono servire fogli di alluminio, pellicole trasparenti, contenitori (meglio di vetro, che è preferibile per la conservazione di alimenti cotti, ricchi di grassi, come salumi e salse all'uovo, perché è facilmente lavabile e non trattiene gli odori) dotati di coperchio ermetico (1).

◆ **Gli alimenti, specialmente quelli acquistati al supermercato, andrebbero il più possibile liberati dai loro involucri** prima di essere messi in frigorifero (pensate, ad esempio, a tutti gli ortaggi in vaschetta, ai formaggi acquistati già porzionati e confezionati, ecc.) (2).

Questo semplice accorgimento riduce l'eventualità di introdurre nel frigorifero germi estranei e sporcizia. Pensate, ad esempio, ai carrelli della spesa: spesso li troviamo fuori dal supermercato, esposti allo smog e a molte mani che li toccano; molte volte poi i bambini vi si siedono all'interno e appoggiano le scarpe dove si mettono i cibi; infine, li utilizziamo per trasportare alla vettura i sacchetti della spesa, che magari prima abbiamo appoggiato per terra.

◆ Nel frigorifero è opportuno tenere ben **separati** (ad esempio, mettendoli su griglie diverse, riponendoli nelle vaschette e nei cassetti di cui è dotato il frigorifero) **i cibi crudi da quelli già cotti o da quelli che vanno consuma-**



2 Togliete gli ortaggi dalle vaschette in cui sono confezionati

COME PULIRE IL FRIGORIFERO



3 Prima della pulizia del frigorifero staccate la spina



4 Svuotate completamente il frigorifero



5 Estraiete tutti i cassetti e i ripiani di vetro



6 Lavate l'interno con una soluzione di acqua e bicarbonato



7 Ricordatevi di pulire anche le maniglie...



8 ...e la guarnizione dello sportello



9 Con un panno pulito asciugate bene tutte le superfici



10 Ora potete rimettere a posto i cassetti

ti freschi (come lo yogurt e la ricotta, ad esempio, soprattutto quando le confezioni sono aperte). In questo modo si evita il rischio che i batteri presenti sui cibi crudi possano contaminare gli altri, anche se comunque la gran parte di questi batteri, fortunatamente, è costituita da microrganismi utili per il nostro organismo, che mantengono in equilibrio la benefica flora batterica della pelle, dell'intestino, ecc.

◆ È bene conservare sulla mensola più bassa del frigorifero, quella sopra il cassetto delle verdure, che è la più fredda, carne e pesce fresco; così facendo inoltre si evita che gocciolino su altri alimenti.

Come pulire il frigorifero

Abbiamo spesso l'idea errata che il frigorifero sia un luogo immune da contaminazioni e che i batteri siano neutralizzati dal freddo. Ma, come abbiamo visto, non è affatto così.

Il frigorifero va pulito regolarmente almeno due-tre volte l'anno e, in ogni caso, prima di utilizzarne uno nuovo, oppure quando iniziate a riempire un frigorifero già usato da altri (ad esempio, quello che trovate in una casa presa in affitto arredata o in un appartamento per le vacanze), dopo un trasloco, ecc. L'operazione in sé è assai semplice, va effettuata quando il frigorifero è semivuoto o vuoto del tutto (prima di partire per le vacanze, ad esempio) e richiede comunque pochi minuti.

Si deve procedere ordinatamente in questo modo:

◆ staccare la spina dalla presa della corrente (**3**);

◆ svuotare il frigorifero (**4**);

◆ sfilare i cassetti (**5**), i piani di vetro e tutte le parti asportabili che potrete lavare a parte con poco detersivo per piatti e risciacquare poi sotto l'acqua corrente;

◆ lavare l'interno del frigorifero con un panno morbido imbevuto in una solu-

COME PULIRE LA LAVASTOVIGLIE

zione di acqua tiepida e bicarbonato di sodio oppure aceto (2-3 litri di acqua tiepida dentro la quale scioglierete un bicchiere di aceto o un paio di cucchiari di bicarbonato di sodio) (6). Attenzione: non mescolate aceto e bicarbonato perché si neutralizzerebbero a vicenda;

◆ non dimenticare di pulire anche le maniglie del frigorifero (7) e la guarnizione dello sportello (8);

◆ se necessario, asciugare tutte le superfici con un panno asciutto e pulito (9);

◆ rimettere al loro posto tutte le parti staccate solo quando sono perfettamente asciutte (10).

L'igiene nella lavastoviglie

Anche nel caso della lavastoviglie dobbiamo abbandonare la convinzione infondata che questo elettrodomestico, deputato alla pulizia e all'igienizzazione delle stoviglie, sia di per sé un oggetto pulito ed esente dalla necessità di una regolare manutenzione. Chissà quante volte, ad esempio, sarà capitato di avvertire odori sgradevoli aprendo lo sportello, oppure di notare che la capacità detergente della macchina lascia un po' a desiderare.

Le operazioni da fare, in questi casi, sono essenzialmente due: pulire regolarmente il filtro e igienizzare la macchina con l'impiego del semplice bicarbonato di sodio.

Come pulire la lavastoviglie

◆ Per la pulizia del filtro è sufficiente: – toglierlo dal suo alloggiamento (11);

– eliminare con l'aiuto di una spazzola e di acqua corrente calda gli eventuali residui di cibo trattenuti (12);

– completarne l'igienizzazione mettendolo a bagno per qualche ora in acqua e aceto (un bicchiere di aceto per 3-4 litri d'acqua) (13). Quest'operazione andrebbe effettuata ogni 15 giorni, almeno per una macchina usata giornalmente (come può capitare per una famiglia di 4 persone che consumano regolarmente a casa i due pasti principali).

◆ Per prevenire la formazione di odori sgradevoli, soprattutto se le stoviglie rimangono a lungo dentro la macchina prima di essere lavate, spargete direttamente sulle stoviglie sporche qualche cucchiaino di bicarbonato (14) e avviate il ciclo di risciacquo a freddo (15) o altro programma analogo che sia in grado, in pochi minuti e sen-



11 Estraiete il filtro della lavastoviglie



12 Pulitelo con una spazzola



13 Lasciatelo in una soluzione di acqua e aceto



14 Contro i cattivi odori spargete sulle stoviglie del bicarbonato...



15 ...e avviate un ciclo di risciacquo a freddo (ad esempio, il prelavaggio)



16 Per igienizzare la lavastoviglie, spargete del bicarbonato e avviate un programma di risciacquo

za l'impiego di detersivo, di eliminare la maggior parte dei residui alimentari dalle stoviglie in attesa di un lavaggio completo.

◆ Di tanto in tanto (ad esempio una volta al mese) è anche utile **deodorare e sgrassare la lavastoviglie** e cioè togliere il velo di grasso che si deposita nel tempo sulle pareti interne (questi depositi possono anche intasare gli ugelli che spruzzano l'acqua sulle stoviglie). A questo scopo, quando la macchina è vuota aggiungete all'interno 3-4 cucchiari di bicarbonato di sodio (16) e poi azionate il programma di risciacquo. La macchina si manterrà così perfettamente efficiente per lungo tempo.

Paolo Pigozzi

◆ Medico

Foto Cristina Campanini