**O prawidłowym przechowywaniu jaj – kilka porad na okres poświąteczny**

 ***Jajko jest produktem trwałym, który nie traci wartości spożywczej przez miesiąc, a nawet dwa miesiące od momentu zniesienia. Aby jednak tak się stało, należy pamiętać o kilku zasadach. Zapraszamy do przeczytania krótkiego poradnika, z którego dowiecie się, jak bezpiecznie i prawidłowo przechowywać jaja. Warto znać te zasady szczególnie w okresie poświątecznym, kiedy zostajemy zwykle z nadwyżką jedzenia.***

**Jak długo i w jaki sposób przechowywać?**

Jajo najlepiej spożyć przed upływem 28 dni od pojawienia się go w kurniku. Nie jest to jednak rygorystyczny okres, a interpretuje się go następująco: producent nie może udzielić gwarancji, że po upływie danego dnia produkt zachowa wszystkie walory, ale z dużym prawdopodobieństwem będzie się nadawał do zjedzenia.

- Jeżeli są właściwie przechowywane, mają nienaruszone skorupki, a ich konsystencja ani zapach nie są niepokojące, możemy jeść nawet jaja 5-tygodniowe – mówi Tomasz Jokiel z Ferm Drobiu Jokiel. – Natomiast gdy którykolwiek z tych warunków nie został dotrzymany, należy je zutylizować.

Jajka należy przechowywać we właściwej temperaturze. Nie może być ona wyższa niż 20 stopni Celsjusza i ulegać gwałtownym wahaniom. Dlatego lepiej nie zostawiać jaj na balkonie, za to można do tego celu wykorzystać ciemną i chłodną spiżarnię. Najlepiej jednak korzystać z lodówki. Co ciekawe, górna półka na drzwiach, choć często specjalnie wyposażona, nie okazuje najwłaściwsza. Temperatura w tym miejscu zmienia się za każdym razem, gdy lodówkę otwieramy. Najlepiej będzie umieścić oryginalne kartonowe opakowanie na środkowej półce wewnątrz lodówki. Tym samym zapewnimy względnie stałą temperaturę ok. 4 stopni Celsjusza.

Nie trzymajmy też jaj (szczególnie bez wytłaczanki) w sąsiedztwie potraw i produktów o intensywnym aromacie, a ułożenie ich okrągłym końcem zawierającym komorę powietrzną do góry pomoże spowolnić naturalny proces starzenia. Jaj przed włożeniem do lodówki nie myjemy – robimy to obowiązkowo dopiero przed ich użyciem. Surowe jajko bez skorupki może spędzić w lodówce maksymalnie dobę.

**Przechowywanie ugotowanych jaj**

Jajka ugotowane trzymamy w lodówce maksymalnie tydzień. Jednak dania zawierające jaja ugotowane na twardo mogą bezpiecznie postać w warunkach chłodniczych tylko 2-4 dni. Dobrze mieć to na uwadze szczególnie podczas świąt, gdy szykujemy tradycyjne sałatki, galarety z jajem i inne jajeczne przekąski – lepiej przyrządzić nieco mniejszą porcję, z pożytkiem dla portfela i środowiska. Nie można przechowywać dań bazujących na jajach surowych, takich jak kogel-mogel czy tatar.

**Mrożenie też dobre**

Jaja można mrozić, ale najlepiej jest oddzielić białka od żółtek. Mrożenie szczególnie służy białkom, które po rozmrożeniu praktycznie nie zmieniają konsystencji. Nieco inaczej jest w przypadku żółtek, które mają tendencję do przybierania żelowej konsystencji podczas procesu mrożenia. Jeżeli jednak roztrzepiemy je z odrobiną soli lub cukru (w zależności od tego, do jakiej potrawy będziemy chcieli je wykorzystać), uzyskamy efekt delikatnie konserwujący i możemy zapobiec zmianom w strukturze. Można także zamrozić żółtka i białka razem, najlepiej lekko roztrzepane.

Mrozimy jaja możliwie najświeższe i oczywiście umyte przed porcjowaniem. Nie ma sztywnych reguł, jeżeli chodzi o czas przechowywania jajecznej mrożonki, a niektóre źródła podają, że bezpieczne jest mrożenie nawet przez 6 do 12 miesięcy. Do mrożenia jaj używamy wyłącznie naczyń i woreczków przeznaczonych do kontaktu z żywnością i dedykowanych do ujemnych temperatur.

- Pamiętajmy, że domowe zamrażalniki mają wyższą temperaturę niż przemysłowe, a stosunkowo częste otwieranie temperaturę podwyższa. Dlatego dla bezpieczeństwa trzymajmy jaja jak najdalej od drzwiczek i zużyjmy je do 2 miesięcy od daty zamrożenia – dodaje ekspert marki Fermy Drobiu Jokiel.

**Fermy Drobiu Jokiel** to rodzinna polska firma od ponad 30 lat zajmująca się profesjonalną produkcją jaj konsumpcyjnych, mająca swoją siedzibę we Wroniawach koło Wolsztyna w woj. wielkopolskim. Jakość jaj z Ferm Drobiu Jokiel jest zagwarantowana przez kompleksową kontrolę na wszystkich etapach produkcji. Cały proces od początku do końca przebiega wewnątrz firmy, począwszy od wyhodowania kur niosek, przez produkcję jaj, do ich pakowania i dystrybucji. Na Fermach Drobiu Jokiel każdego dnia 190 tys. kur znosi ponad 170 tys. jaj. Nioski karmione są pełnowartościowymi ziarnami zbóż i piją wodę z czystego, lokalnego ujęcia. Producent działa zgodnie ze standardami GMP (Good Manufacturing Practice). [www.fdjokiel.pl](http://www.fdjokiel.pl/)