

ظروف ملامین

ترکیب شیمیایی مورد استفاده در تهیه این ظروف حاوی مقداری مواد ازته است و به همین دلیل، برخی شرکت ها در تقلب های غذایی خود پودر ملامین را به شیر خشک افزوده و به بازار عرضه می نمودند. مصرف این گونه شیرهای خشک در نوزادان عوارض جدی و کشنده ای به همراه داشت و امروزه به شدت نسبت به چنین تقلب هایی واکنش نشان داده می شود. به همین ترتیب، چنانچه خراش های زیادی در این ظروف بوجود آمده باشد و به ویژه هنگام صرف غذا در این گونه ظروف، احتمال ورود مواد ملامینی به غذا و ایجاد مسمومیت هایی ولو خفیف وجود دارد. از طرف دیگر، این منافذ و خراش های موجود در سطح ظروف ملامینی، محل مناسبی برای رشد و تکثیر انواع میکروب ها می شود.

علت علاقه مردم به خرید این ظروف، مقاومت آنها در برابر شکسته شدن و همچنین ارزان و سبک بودن است؛ گرچه امروزه توجه به این گونه ظروف تا حدودی کاهش یافته و با ورود ظروف دیگری نظیر پیرکس، چینی و آرکوپال، این ظروف کاربرد خویش را در مجالس و محافل رسمی از دست داده و تنها در برخی اوقات خاص نظیر مسافرت ها و پیک نیک مورد استفاده قرار می گیرند.

برای احتراز از آسیب به پوشش خارجی این ظروف، شستشوی آنها نباید توسط سیم ظرف شویی یا دیگر اجسام خشن صورت گیرد. همچنین، از ظروف ملامین نباید برای خرد نمودن سبزی، گوشت و حتی بریدن میوه استفاده نمود؛ زیرا ممکنست چاقو به لعاب واقع در سطح خارجی ظرف آسیب زده و علاوه بر خطرات ذکر شده، تمیز نمودن این ظروف را سخت نماید. مرور زمان نیز ممکن است باعث از بین رفتن کیفیت این ظروف یا لب پر شدن آنها شود و به دلیل احتمال ایجاد آلودگی، استفاده از ملامین های ترک دار و کهنه توصیه نمی شود.

ظروف شیشه ای

چنانچه موادی شامل سیلیس، کربنات سدیم، سولفات سدیم و برخی مواد معدنی دیگر با یکدیگر مخلوط شده و آنها را در کوره با دمای ۱۵۰۰ درجه سانتی گراد حرارت دهند، ماده ذوب شده خمیری شکلی بدست می آید که شیشه گران آن را در قالب های مختلف با اشکال دلخواه مانند لیوان، استکان، بشقاب و دیس ریخته و خمیر مربوطه را در قالب به مدت چند ساعت باقی می گذارند تا ظروف شیشه ای به شکل و قالب دلخواه حاصل شود. پس از آن ظروف با احتیاط از قالب مربوطه خارج می شوند. شیشه بشدت کم محلول بوده و تنها در آزمایشگاه چنانچه پودر شیشه را در آب داغ مدتی به هم زنند، به مقدار بسیار ناچیز حل می شود. لذا، ظروف شیشه ای به دلیل عدم ورود به غذا و همچنین بخاطر این که با ترکیبات غذایی واکنش نداده و تاثیری بر مواد مغذی غذاها ندارند، ظروف مناسب و قابل استفاده ای هستند. البته لازم است در هنگام استفاده از آنها رعایت نکات احتیاطی برای احتراز از شکسته شدن و یا غیر بهداشتی شدن غذای مورد طبخ، بعمل آید.

امروزه استانداردهای مورد نیاز برای ساخت ظروف شیشه ای مناسب وجود دارند و به عنوان مثال شماره ۱۴۰۹ در باره ظروف شیشه ای مورد استفاده جهت طبخ و نگهداری مواد غذایی، موارد زیر را لحاظ نموده است:

- عاری از هر گونه ترک باشند؛ زیرا که باعث کاهش مقاومت مکانیکی شیشه می گردد.

- سطوح داخلی و خارجی ظروف باید صاف و یکنواخت باشد.

- محل اتصال و جوش روی بدنه ظروف نباید تیز و برنده باشد و حداکثر برآمدگی مجاز در این نواحی ۰/۵ میلی متر است.

- ظروف شیشه‌ای نباید دارای رگه‌های رنگی قابل رویت باشند.

- وجود سطوح تیره یا لکه در ظروف شیشه‌ای که در اثر شستشو با آب داغ تمیز نشود، غیر مجاز است.

- از آنجا که حباب در ظروف شیشه‌ای موجب افزایش خطر شکنندگی در این ظروف می‌گردد، بهتر است ظروف شیشه‌ای فاقد هر گونه حباب باشند؛ زیرا که باعث شکنندگی آنها می‌شود.

از آنجا که شیشه بو، رنگ و مزه ای را به موادی که با آن در تماسند منتقل نمی‌کند، لذا نگهداری چای خشک، پودر قهوه، اودیه جات و گیاهان خشک در این ظروف مناسب می‌باشد. اسانس‌های میوه‌ها و سبزیجات به کمک حلال‌های قوی استخراج می‌شوند و بسیار فرار هستند. وجود حلال در این اسانس‌ها موجب می‌شود که ظروف پلاستیکی نازک را تخریب کنند. در صورت نگهداری اسانس‌ها در ظروف فلزی، حالت اسانس تغییر می‌کند و یا ظروف را تخریب می‌نماید. در حالی که نگهداری آنها در ظروف شیشه‌ای بسیار مناسب است. توصیه می‌شود برای نگهداری اسانس‌ها از ظروف شیشه‌ای رنگی استفاده شود.

ظروف پیرکس:

اصول تولید این ظروف نیز مشابه با ظروف شیشه‌ای معمولی بوده و تنها با گذراندن یک مرحله تولیدی خاص، مقاومت این ظروف در برابر حرارت افزایش می‌یابد و بنابراین می‌توان این ظروف را برای پخت و پز و نگهداری غذای گرم به کار برد.

از آنجا که شیشه در کل رسانای خوبی نیست، انتقال حرارت در این ظروف سرعت و به طور یکنواخت صورت نمی‌گیرد و به همین دلیل هنگامی که از این ظروف برای پخت مواد غذایی بر روی شعله‌گاز استفاده می‌شود، لازمست غذا به طور مداوم به هم زده شود تا انتقال حرارت در ماده غذایی بطور مناسب صورت گیرد.

این ظروف برای نگهداری انواع مواد غذایی گرم، اسیدی (نظیر ترشی‌جات)، قلیایی (حاوی جوش شیرین یا دیگر مواد قلیایی) و معطر مناسب هستند. پخت و پز مواد غذایی در این ظروف بر روی شعله مستقیم‌گاز و یا در دستگاه مایکروویو نیز قابل انجام است؛ گرچه لازمست از ریختن آب یا غذای سرد بر روی آنها هنگامی که بسیار داغ هستند، احتراز شود و نیز ظروف داغ بطور ناگهانی به فریزر منتقل نشوند.

ظروف آرکوپال:

این گونه از ظروف چینی که زیبایی مشابه دیگر ظروف چینی و استحکامی بیش از آن را داشته و در عین حال سبک و تاحدودی شفاف هستند، موجب اقبال عمومی به آنها گردیده است. در واقع، این ظروف از شیشه زیباتر و نشکن‌تر و همچنین از چینی سبک‌تر است.

برای تولید این ظروف، مواد اولیه ظروف شیشه‌ای را به همراه برخی مواد معدنی تا دمای ۱۵۰۰ تا ۱۶۰۰ درجه سانتیگراد حرارت می‌دهند تا ذوب شود. مراحل تولید این ظروف تا این مرحله مشابه سایر ظروف شیشه‌ای است. ولی در مرحله انتهایی که مرحله قالب‌ریزی است به جای قالب‌ریزی معمول در سایر ظروف، از دستگاهی مشابه سانتریفوژ استفاده می‌شود که با استفاده از نیروی گریز از مرکز ظرفی نازک را شکل می‌دهد. این ظروف نیز همانند ظروف پیرکس در مقابل حرارت مقاومت قابل توجهی دارند.

نکاتی که در هنگام تهیه ظروف شیشه ای و آرکوپال باید توجه شوند

- ظروفی که دارای موج کمتر باشند را خریداری فرمایید.
- در صورت خرید ظروف بلورین برای استفاده های روزمره ، از خرید انواع فانتزی این ظروف که بدلیل شکل ظاهری غیرمعمولشان، شستشویشان دشوار است، پرهیز نمایید.
- چنانچه لب پدیدگی یا هر نوع آسیب ظاهری و خش فراوان در این ظروف وجود دارد، بهتر است دیگر از آنها استفاده نشود. لب پدیدگی ها علاوه بر جمع کردن باکتریها و عوامل بیماری زا، ضمنا خطر مجروح کردن لب و دهان را نیز همراه دارند و شستشوی این قسمت ها نیز دشوار است.
- از مزایای ظروف شیشه ای مشخص بودن مواد غذایی درون آنهاست. لذا ترجیحا انواع شفاف این ظروف را انتخاب نمایید. توجه به این نکته ضروری است که شکل و رنگ اغلب مواد غذایی نشانگر کیفیت و تازگی آنها می باشد.
- از قرار دادن این ظروف در شرایط شوک حرارتی یعنی گرم و سرد شدن ناگهانی و شدید، احتراز کنید. در غیر این صورت خطر شکستن ناگهانی این ظروف را تهدید می کند.

ظروف چینی

- اینها در واقع نوعی از سرامیک هستند که مورد استفاده جهت تهیه، سرو و صرف غذا واقع می شوند و همچون سرامیک در طی دو مرحله پخته و آماده عرضه می شوند. در اولین مرحله خاک چینی بصورت گل در آورده شده و درون قالب ها شکل داده می شود (مثل به شکل دیس یا بشقاب) و در کوره حرارت می بیند. سپس با لعاب خاصی پوشانده شده و دوباره در کوره قرار می گیرد. در هر دو مرحله عملیات پخت با دمای بیش از ۱۰۰۰ درجه سانتیگراد انجام می شود.
- این ظروف را بر اساس فرآیند تولیدشان (از جمله فرآیند حرارتی، دمای پخت، درصد جذب آب و شفافیت یا نورگذری) تقسیم بندی می نمایند.
- استاندارد مربوط به ظروف چینی از سال ۱۳۵۳ در کشور تهیه شده و سپس در سال های بعدی تجدیدنظرهایی در آن بعمل آمده و بمرور تکمیل شد.

مشخصات ظروف چینی:

- لازم است این ظروف طبق استاندارد خصوصیات زیر را داشته باشند:
- ترکیب آنها شیشه ای و سفیدرنگ باشد.
 - با رنگ های مصنوعی تزئین شده باشند که در نتیجه نسبت به آب غیر قابل نفوذ باشند..
 - چنانچه ضربه ای آرام به ظرف چینی وارد شود، صدای زنگ دار و طولانی مدتی از آن شنیده می شود.
 - جذب آب در انواع چینی ها ناچیز بوده و از ۰/۲ تا حداکثر ۱ درصد متفاوت است.

- آن دسته از این ظروف که به طور اجباری لعابدار می‌باشند، عبارتند از: چینی زجاجی، پرسلان نرم و پرسلان سخت و چینی استخوانی.

ظروف سرامیکی

يك قطعه از بدنه‌ی لعاب خورده یا بدون لعاب است که ترکیب کریستالین یا شیشه‌ای دارد و بدنه‌ی آن به طور کامل از مواد معدنی و مواد غیر فلزی تشکیل شده است. يك فرآورده‌ی سرامیکی از جامد شدن يك تکه ماده‌ی مذاب بر اثر سرما شکل می‌گیرد.

ظروف سرامیک غذاخوری از نوع بدل چینی نرم عبارت است از گلینه‌ای که رنگ بدنه‌ی آن سفید یا متمایل به سفید است. گلینه‌ها بدنه‌های متخلخل سرامیکی (از نوع سیلیکاتی) هستند که قابلیت عبور دادن نور را نداشته و ممکن است با انواع مختلف لعاب و یا بدون لعاب تولید شوند. جذب این محصولات حدود ۱۰-۱۵ درصد است. مواد اولیه‌ی مصرفی برای تهیه بدل چینی نرم به طور عمده کائولن، فلدسپات، کوارتز، بال کل، تالک، دولومیت و کربنات کلسیم می‌باشد. به این مواد درصد ناچیزی از عوامل رنگ‌زا در بدنه‌ی پخته افزوده می‌شود.

برخی از رنگ‌هایی که برای درخشندگی بیش تر ظروف سرامیک و لعاب آن‌ها استفاده می‌شود و حاوی سرب هستند. لذا غذاها و نوشیدنی‌های اسیدی را در ظروف سرامیک نگه داری نکنید و نوشیدنی‌های گرم مانند چای، قهوه یا آب میوه‌های اسیدی و ترش در فنجان‌های سرامیک ننوشید.

ویژگی‌های ظاهری ظروف سرامیک و چینی

- رنگ و جلای لعاب به کار رفته در يك قطعه باید یکنواخت و هماهنگ باشد.

- ظروف باید عاری از تاب برداشتگی باشند. تاب برداشتگی در لبه یا پایه ظروف سبب لق خوردن و یا شیب‌دار شدن آن نسبت به سطح افق می‌شود.

- پرداخت پایه‌ی ظروف می‌بایست به گونه‌ای باشد که با لمس کردن پایه‌ی ظروف، برآمدگی یا شکست و یا تیزی قابل لمس وجود نداشته باشد.

- لعاب ظرف جوش (حباب هوای زیر لعاب که ممکن است ترکیده شده باشد)، نداشته باشد. همچنین لب‌پریدگی، پوسته شدن و یا شره کردن و موج داشتن لعاب، ترك در بدنه و لعاب و لعاب نگرفتگی آنها قابل پذیرش نیست. ضمناً وجود سوراخ سنجاقی در لعاب (که در سطوح در معرض دید بیش از ۲ عدد و در سطح دور از دید بیش از ۴ عدد باشد)، ذرات و اجسام خارجی چسبیده به لعاب، لك و خال در لعاب در معرض دید (به تعداد بیش از يك عدد و قطر بیش از ۱ میلی‌متر)، بد چسبیدن قطعات الحاقی به بدنه (به عنوان مثال اتصال نامناسب دسته‌ی فنجان به بدنه آن که علاوه بر شکل نامناسب ظرف، شستشو و بهداشت آن را با مشکل روبه‌رو می‌کند) همگی از ایرادات جدی ظروف سرامیک و چینی هستند که آنها را از استاندارد خارج می‌سازد.

- در زیر هر ظرف باید نام واحد تولیدی، علامت تجارتي و یا هر مشخصه‌ی دیگری که معرف تولیدکننده‌ی آن باشد، قید شود. استفاده از مهر استاندارد ایران بر روی کالاها و بسته‌بندی آنها برای ظروف استاندارد ضروری است.

کاربرد ظروف چینی و سرامیک برای صرف غذا

ظروف چینی و سرامیک در صورتی که دارای پوشش لعاب مناسب و خصوصیات ذکر شده فوق برطبق استاندارد باشند، ظروف مناسبی برای صرف غذا هستند. پوشش استاندارد شده لعاب این ظروف بر ترکیبات غذایی تأثیری نداشته و می‌توان آنها را برای نگهداری و مصرف مواد غذایی گرم و سرد به کار برد. این ظروف برای حرارت دادن غذا قابل استفاده نیستند.

با توجه به آنکه برای اعطای نشان استاندارد، بسیاری آزمون‌های شیمیایی، فیزیکی و حتی استحکام بر روی ظروف انجام می‌شود، بنابراین هنگام خرید این ظروف، انتخاب انواعی که دارای نشان استاندارد هستند، مناسب است. در هنگام خرید، بایستی وضعیت پوشش لعاب بر روی تمام سطح در تماس با ماده غذایی، بررسی شود. همانگونه که ذکر شد، بر اساس قانون مواد خوردنی و آشامیدنی ظروف شکستنی مورد استفاده در مواد غذایی باید تمیز، بدون ترک خوردگی و لب‌پریدگی باشند و از به کار بردن ظروف سرامیک و چینی که دچار آسیب‌هایی نظیر لب‌پریدگی و خراش‌های عمیق که با آسیب دیدن لعاب همراه است، پرهیز شود.

با توجه به آنکه درصد جذب آب در ظروف چینی کمتر می‌باشد، این ظروف به انواع معمول ظروف سرامیک ترجیح داده می‌شوند. اگرچه به دلیل سبک بودن و قیمت کمترشان، بسیاری افراد را به خرید و استفاده ظروف سرامیکی بجای ظروف چینی سوق می‌دهد.

ظروف فلزی

زمانی انسان از سنگ بعنوان ظرفی برای پختن و نگهداری غذا استفاده می‌کرد. از زمانی که فلز کشف و به زندگی انسان وارد شد، استفاده از ظروف فلزی نیز برای پخت، نگهداری و مصرف غذا آغاز شد.

این ظروف به دلیل انتقال مناسب حرارت، عدم شکنندگی و همچنین مقاومت جدی در مقابل صدمه و ضربه بسیار مورد استفاده در آشپزخانه‌ها هستند. انتقال سریع حرارت در این گونه ظروف، موجب پخت سریع و کامل مواد غذایی می‌شود. استفاده از ظروف فلزی معمول در میکروویو خطرناک بوده منجر به جرقه‌های شدید و انفجار میکروویو خواهد شد؛ با این حال امروزه به برکت پیشرفت تکنولوژی، ظروف فلزی مناسب این قبیل دستگاه‌ها نیز به بازار عرضه شده‌اند. در بین این ظروف، انواع آهنی برای پخت مناسبترین هستند؛ زیرا که با وارد کردن آهن یونیزه به غذا، ارزش غذایی آن را می‌افزایند و هیچگونه ضرری نیز برای مصرف کنندگان ایجاد نمی‌کنند. استفاده از روکش تلفون برای ظروف چدنی و آلومینیوم فشرده نیز موجب شده که بدون نگرانی از ایجاد عوارض، این ظروف جای مناسب خود را در بین مصرف کنندگان پیدا کنند.

تأثیر فلزات بر روی غذاهای اسیدی (ترشی‌جات) و قلیایی (جوش شیرین)

از آنجا که فلزات با بازها (مواد قلیایی) و اسیدها واکنش نشان داده و ترکیبات جدید نامناسب برای سلامتی تولید می‌کنند، لذا توصیه شده ترشی‌جات را در ظروف شیشه‌ای و یا چینی پخته یا نگهداری کنند. نگهداری ترشی در ظروف فلزی موجب واکنش فلز با اسید استیک (سرکه) شده و موجب تغییر عطر و طعم ترشی و تیره شدن رنگ آن می‌شود. همچنین در صورت استفاده از آب حاوی مقدار زیادی آهن و با نگهداری طولانی ترشی‌جات نیز، رنگ ترشی‌ها تغییر می‌کند؛ پخت غذای قلیایی در ظروف فلزی نیز به همین ترتیب قابل توصیه نیست.

ظروف آلومینیومی:

این ظروف در عین سبک بودن، به خوبی گرما را انتقال می‌دهند. امروزه بازار ظروف از آلومینیوم و بویژه آلومینیوم فشرده اشباع شده بطوری که بیش از نیمی از ظروف پخت و پز امروزی آلومینیومی هستند. بعضی مقالات علمی اعلام می‌کنند که ورود مقدار زیادی از آلومینیوم به بدن احتمالاً باعث ظهور بیماری آلزایمر می‌شود؛ ولی برای اثبات قطعی این مطلب هنوز مطالعات ادامه دارد. با استفاده روزانه از ظروف آلومینیومی پوشش داده نشده برای پخت و پز و نگهداری مواد غذایی، هر روز تقریباً ۳/۵ میلی‌گرم آلومینیوم وارد بدن فرد می‌شود. مسلماً هرچه مدت نگهداری و پخت غذا در این ظروف بیشتر باشد، مقدار آلومینیوم وارد شده به غذا بیشتر خواهد بود. لازم به یادآوری است که تنها راه ورود آلومینیوم به بدن، از طریق غذا و آب نبوده بلکه مصرف برخی داروها نیز مقادیری از این فلز را به بدن وارد می‌سازند؛ به عنوان مثال یک قرص آنتی‌اسید حاوی ۵۰ میلی‌گرم و یک قرص آسپیرین حاوی ۲۰-۱۰ میلی‌گرم آلومینیوم می‌باشند. این موضوع بقدری مورد توجه قرار گرفته که حتی برخی معتقدند کسانی که دارای سابقه فامیلی آلزایمر هستند، بهتر است از خمیر دندان‌ها و داروهای حاوی آلومینیوم نیز استفاده نکنند.

برخی مقالات مدعی هستند که در اثر پخت غذا در ظروف آلومینیومی بطور هر روزه و به مدت طولانی، یون‌هایی آزاد و به غذا اضافه می‌شوند که علاوه بر بالا بردن احتمال آلزایمر، ضمناً باعث بروز بیماری‌هایی مانند راشیتیسم و عوارضی همچون غش، کم خونی مفرط، کما و اختلال در هنگام راه رفتن نیز می‌شوند. نتایج بررسی عناصر سنگین و سمی ناشی از فلزات مورد استفاده در ساخت ظروف آشپزخانه نشان داده که هر چه مدت زمان پخت بیشتر شود، میزان یون‌های آزاد شده نیز افزایش می‌یابد؛ همچنین استفاده از اسیدهای خوراکی در غذا مثل سرکه، آبلیمو، آب‌غوره در غذا موجب افزایش آزاد شدن یون‌ها می‌شود. نگهداری و پخت سبزیجات برگی و غذاهای اسیدی یا نمکی همچون گوجه فرنگی، مرکبات و ریواس در ظروف آلومینیومی، موجب جذب بیشتر آلومینیوم در این غذاها شده و ممکن است باعث شوند این ظروف حتی متخلخل (یا فرورفتگی یا سوراخ‌هایی در سطح ظرف) شوند. بنابراین پخت غذا و بویژه این گونه مواد در ظروف آلومینیومی توصیه نمی‌شود. بهتر است از ظروف آلومینیومی برای سرخ کردن غذا و نگهداری روغن استفاده نشود؛ زیرا نمک به کار رفته در غذا باعث تخریب ظروف آلومینیومی شده و سبب نفوذ آلومینیوم به درون روغن می‌شود که مسمومیت زاست. البته برای سرخ کردن بهتر است از ظروف آهنی و مسی نیز استفاده نشود؛ زیرا که روند تخریب روغن را تسریع می‌کنند. استفاده از ظروف حاوی پوشش تفلون برای سرخ کردن مناسب‌تر خواهد بود. در صورت استفاده از ظروف آلومینیومی، بهتر است از این ظروف برای پخت غذاهایی که زمان پخت کمتری نیاز دارند استفاده شود.

افرادی که از این ظروف استفاده می‌کنند پس از مدتی که ممکن است بر اساس نوع به‌کارگیری از چند هفته تا چند ماه به طول بینجامد، با تغییر رنگ و تیرگی درون این ظروف مواجه شوند. دلیل عمده این حالت، جوشاندن آب درون این ظروف است که به طور معمول با ورود فلز آلومینیوم به داخل ماده غذایی و آب همراه است. از آنجا که هنوز دلیل و مستندات علمی مبنی بر نیاز بدن انسان به آلومینیوم گزارش نشده است، دریافت زیاده از حد آن با اختلالاتی همراه است.

در هنگام مسمومیت با آلومینیوم عملکرد سلول‌هایی به نام استئوبلاست (سلول‌هایی که در بازسازی و تشکیل توده استخوانی نقش دارند) دچار اختلال شده و موجب کاهش در فرآیند بازسازی و ترمیم استخوان می‌گردد که این امر ممکن است به پیدایش استئومالاسی منجر شود.

البته تاکنون گزارشی از بروز علائم مسمومیت آلومینیومی در اثر مصرف مواد غذایی ارائه نشده است و این مسمومیت تنها در بیمارانی که دچار نارسایی مزمن کلیه بوده و دیالیز می‌شوند (به دلیل وسایل آلومینیومی که در فرآیند دیالیز به کار می‌رود) گزارش شده است. به هر حال، برای مقدار دریافتی آلومینیوم به بدن نیز استانداردهایی وجود دارد. سازمان بهداشت جهانی برآورد کرده که بزرگسالان احتمالاً می‌توانند بیش‌تر از ۵۰ میلی‌گرم را در روز بدون هیچ‌گونه عوارض ظاهری به بدن خود وارد کنند.

توصیه‌هایی برای به‌کارگیری بهتر ظروف آلومینیومی:

۱) تا حد امکان از ظروف آلومینیومی بدون پوشش برای پخت و یا نگهداری مواد غذایی استفاده نشود. این پوشش‌ها (و از جمله پوشش تفلونی) از تماس سطح فلزی ظرف با ماده غذایی و در نتیجه ورود آلومینیوم به داخل ماده غذایی جلوگیری می‌کنند.

۲) پختن غذاهای اسیدی و یا قلیایی در این ظروف موجب تغییر رنگ و سیاه شدن این ظروف می‌شود. همچنین نگهداری آب و محلول‌های دارای املاح زیاد نیز این امر را موجب می‌شوند. این لایه تیره‌رنگ اگرچه بر کیفیت ماده غذایی تاثیری ندارد ولی ممکن است ورود فلز آلومینیوم را به مواد غذایی تسریع و تسهیل کند. امروزه اغلب افرادی که از این ظروف استفاده می‌کنند، لایه تیره مورد نظر در این ظروف را با ساییدن از بین می‌برند. برای برطرف کردن این لایه، غوطه‌ور کردن ظرف در محلول آب لیمو و یا سرکه مفید خواهد بود.

ظروف مسی

در گذشته نه چندان دور، استفاده از این فلز برای تولید ظروف بسیار رایج بود؛ به گونه ای که حتی این ظروف بعنوان بخشی ارزشمند از جهیزیه دختران آماده ازدواج شناخته می‌شد. این عنصر فلزی نیز رسانای خوبی برای انتقال حرارت بوده و همین امر از قدیم موجب به‌کارگیری آن در تولید ظروف خانگی شد.

مقادیر اندک مس برای سلامتی مفید بوده و عنصری ضروری می‌باشد که در فرآیندهای گوناگون بدن نظیر فرآیند خون سازی و عملکرد سیستم ایمنی نقش داشته ولی مقادیر زیاد آن می‌تواند مسمومیت‌زا باشد. دریافت زیاد از حد و طولانی مدت این فلز (که البته خیلی بندرت مشاهده می‌شود)، مسمومیت جدی می‌دهد و با اختلالاتی در عملکرد کبد، تشکیل گلبول‌های قرمز و عملکرد سیستم ایمنی بدن همراه است. لازم به ذکر است موارد مسمومیت با این عنصر از دریافت غذایی مشاهده نشده و اغلب به واسطه مصرف مکمل‌های این عنصر و یا مصرف سموم نباتی حاوی مس گزارش شده است.

پخت غذا در ظروف مسی اندود نشده (قرمز رنگ) چندان مناسب نیست؛ زیرا بر خصوصیات غذا تاثیر زیادی داشته و به سرعت از ترکیبات غذایی به ویژه ترکیبات اسیدی تاثیر می‌پذیرد. از آنجا که مردم متوجه شده بودند که پخت غذا در ظروف مسی اندود نشده موجب ایجاد حالت مسمومیت می‌شود (که در مراحل اولیه با حالت تهوع و استفراغ، اسهال و سردرد مشخص می‌شود)، لذا سفید کردن مس با دیگر فلزات رایج بود. این فلزات گاه‌ها حاوی نیکل و عموماً حاوی قلع بودند که خود دارای ترکیبات سرب است و مسمومیتی خاموش در مدت استفاده از آن گریبانگیر مصرف‌کنندگان می‌شود. مسمومیت با سرب به مراتب از مسمومیت با مس برای انسان خطرناکتر بوده و در طول زمان موجب آسیب به سیستم عصبی (مغز) و استخوان‌ها می‌شود. تراشیدن شدن این ظروف از رویه سفید کننده، موجب تماس غذا با مس و مسمومیت با مس می‌شود.

"سازمان غذا و داروی آمریکا" (FDA) نیز در مورد مصرف ظروف مسی بدون پوشش هشدار داده است؛ زیرا این فلز هنگامی که در مقادیر زیاد وارد غذا شود، باعث تهوع، استفراغ و اسهال می‌گردد.

توصیه‌هایی برای مصرف بهینه ظروف مسی:

۱) از پختن و یا نگهداری طولانی مدت غذاهای اسیدی در ظروف مسی پرهیز کنید. به ویژه اگر این ظروف پوشش خود را از دست داده باشند.

۲) در هنگام به‌کارگیری این ظروف دقت نمایید که از پوشش موجود درون آن تا حد امکان محافظت نموده و از آسیب آن جلوگیری کنید. آسیب این لایه موجب می‌شود که بدنه از جنس مس ظروف در تماس با ماده غذایی قرار گیرد و این امر با افزایش ورود مس به درون غذا و افزایش دریافت این عنصر همراه است. بهتر است در صورت مشاهده خراش‌های متعدد در پوشش این ظروف، نسبت به ترمیم و بازسازی این لایه اقدام نمایید و البته مسلماً بهتر است این لایه از جنسی غیر قلع تهیه شده باشد.

ظروف روحی (از جنس فلز روی)

تا همین چند سال پیش، استفاده از این فلز نیز برای تولید ظروف بسیار رایج بود؛ به گونه ای که این ظروف بخش اعظم ظروف هر آشپزخانه را تشکیل می‌دادند. این عنصر فلزی نیز تا حدود زیادی رسانا و منتقل‌کننده حرارت بوده و این امر موجب به‌کارگیری آن در تولید ظروف خانگی شده بود. امروزه استفاده از این گونه ظروف (تأحدودی بخاطر قیمت گرانتر از ظروف آلومینیومی) کم شده و بندرت در بازار بفروش می‌رسد.

مقادیر اندک روی برای حفظ سلامتی افراد و نیز رشد قندی کودکان و همچنین سلامت مو و ناخن مفید بوده و در کمبود آن پرزهای چشایی لطمه دیده و اشتها بشدت کاهش می‌یابد. همچنین کمبود آن موجب عقب افتادگی بلوغ جنسی و اختلالات گوارشی نیز می‌شود و لذا بعنوان عنصری کاملاً ضروری شناخته می‌شود. با این حال، ورود مقادیر زیاد آن به بدن، می‌تواند مسمومیت‌زا باشد. دریافت زیاد از حد و طولانی مدت این فلز نیز مسمومیت جدی می‌دهد و موجب ایجاد علائمی از قبیل حالت تهوع و استفراغ، اسهال و سردرد می‌شود. پخت غذا بویژه غذای اسیدی (ترش) و نگهداری غذا در ظروف روحی موجب ورود مقدار زیادی از این فلز به داخل غذا می‌شود. از آنجا که چسبندگی غذا به ظروف روحی زیاد است، اغلب در هنگام صرف غذا اقدام به تراشیدن باقیمانده غذا از ظرف می‌شود که خود مقدار زیادی از روی را در غذای تراشیده شده وارد ساخته و همین افزایش ورود روی به بدن موجب عوارض مسمومیت خواهد شد.

از آنجا که کمبود روی تأثیر مستقیمی روی افزایش قد دارد، امروزه برخی افراد مکمل آن را برای افزایش قد به کودکان تجویز می‌کنند که استفاده نادرست و بیش از حد آن موجب حالت مسمومیت شده و اثر مناسبی نیز بر افزایش قد ندارد.

ظروف تفلون

یکی از انواع مواد پلیمری که رویه فلز را پوشانده و از چسبیدن مواد غذایی به ظرف در حین پخت جلوگیری می‌کند، بنام تفلون نامیده شده است. تاریخچه پیدایش این ظروف به حدود ۷۰ سال قبل بازمی‌گردد که در آن زمان یک شرکت آمریکایی ماده‌ای پلیمری به نام پلی‌تترافلورواتیلن (PTFE) را کشف و نام تجاری تفلون را بر آن نهاد. دو خصوصیت ویژه‌ای که این پوشش را در مقابل سایر پوشش‌ها برتری می‌بخشد عبارت از مقاومت حرارتی بالا و مقاومت زیاد در برابر اسیدها و قلیاها می‌باشد. تفلون در مقایسه با پوشش‌های نجسب دیگر، از بالاترین ضریب نجسبی برخوردار است. مهم‌ترین ماده اصلی نجسب در ظروف تفلون که امروزه نیز به کار می‌رود همان ترکیب پلی‌تترافلورواتیلن است که ماده‌ای غیر سمی، دارای مقاومت حرارتی مطلوب، ضریب اصطکاک کم، از نظر شیمیایی بی‌اثر و عایق الکتریسیته می‌باشد. ظروف تفلون از آلومینیوم، آلومینیوم فشرده، فولاد ضدزنگ و یا چدن با درجه خلوصی از PTFE که در شرایط عادی مصرف مواد غذایی در آنها موجب آلودگی و مسمومیت غذایی نشود، ساخته می‌شوند.

اگر چه پوشش این ظروف باخراشیدن یا ساییدن کنده می‌شود، ولی "سازمان غذا و دارو" تأیید کرده؛ که این ذرات بدون تعبیر از بدن عبور می‌کنند و دفع می‌شوند و خطری برای سلامتی ندارند. ظروف نجسب تنها وقتی مضر می‌شوند که تا دمای بالاتر از 350°C یا 650°F حرارت داده شوند. این هنگامی رخ می‌دهد؛ که یک ماهیتابه‌ی خالی روی شعله گذاشته شده

است. در این حالت لایه‌ی نجسب دودی آزاد می‌کند که سمی و آزار دهنده است؛ البته از دودی که روغن‌های معمولی روی حرارت ایجاد می‌کنند کمتر سمی است.

دو نگرانی اساسی در خصوص بکارگیری ظروف تفلون عبارتند از اثرات حرارت بر این ظروف که ممکن است با احتمال تشکیل مواد سمی در آنها همراه باشد و مورد دیگر جدا شدن تکه‌های تفلون از کف ظرف و وارد شدن آنها به بدن است که ممکن است برای سلامتی زیانبار باشد. محققان دانشگاه تورنتو اخیراً اعلام کردند که تفلون در اثر حرارت تجزیه می‌شود و گازی که در اثر تجزیه از آن متصاعد می‌شود برای محیط‌زیست زیان‌آور است. این مساله نگرانی‌های جدی در مورد ظروف تفلون به وجود آورد. البته شرکت‌های معتبر تولید تفلون اعلام می‌دارند که تفلون عرضه‌شده آنها کیفیت خود را تا دمای ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد حفظ می‌کند و تجزیه پوشش فقط زمانی اتفاق می‌افتد که درجه حرارت از ۳۰۰ درجه تجاوز کند. لازم به ذکر است زمانی دمای ظرف به این حدود می‌رسد که ظرف تفلون خالی روی شعله گذاشته شود. در این حالت لایه نجسب، دودی آزاد می‌کند که سمی و آزار دهنده است.

طبق استاندارد ملی ۲۸۰۹ در آلومینیوم یا آلیاژهایی که در ساخت این ظروف مورد استفاده قرار می‌گیرد، مقدار سرب نباید از ۰/۰۵ درصد تجاوز کند. روش ساخت باید به گونه‌ای باشد که بدنه ظروف صاف و صیقلی و عاری از شکاف‌ها، شیارها و عیوب داخلی و خارجی دیگر باشد. برطرف کردن این عیوب با سوهان‌زنی و لکه‌گیری مجاز نیست. شکل ظروف باید به گونه‌ای باشد که در حالت پر یا خالی پایدار باشد و پوشش رنگ خارجی بدنه و درپوش به هیچ‌وجه نباید در تماس مستقیم با غذا قرار گیرد. در تولید تفلون رنگ‌های گوناگونی نیز به کار می‌رود. در ترکیب ماده نجسب از یک ماده اصلی پلیمری و موادی از قبیل آب، رنگ‌های مجاز، مواد رقیق‌کننده و حلال استفاده می‌شود. در مجموع مواد به‌کار رفته در ساخت پوشش‌ها نباید هیچ نوع ترکیبات مضر برای سلامت انسان داشته باشد؛ لذا از مواد افزودنی مجاز (شامل رنگ‌های مجاز خوراکی و آب) می‌توان به منظور ساخت پوشش استفاده کرد. نکته مهم در مورد ظروف تفلون این است که هرگز نسبت به بازسازی آنها اقدام نکنید، زیرا بر اساس اعلام نظر وزارت بهداشت نوع تفلون مصرفی و نحوه فعالیت بسیاری از واحدهای بازسازی تفلون، مورد تایید نیست.

دستورالعمل ظروف تفلون بر اساس استاندارد ۲۸۰۹ شامل نکات زیر نیز هست:

- قبل از استفاده برای اولین بار از ظرف آن را با آب داغ و مایع ظرفشویی بشویید و با روغن مایع آغشته کنید.
- از کفگیر یا دیگر وسایل مشابه فلزی در ظروف نجسب با مقاومت معمولی استفاده نکنید و برای این کار از قاشق‌های تفلون یا چوبی استفاده نمایید.
- برای شستشوی این نوع از ظروف، هیچ‌گاه از سیم یا پودرهای شوینده که ممکن است موجب ساییدگی کف ظرف شود، استفاده نکنید.
- از حرارت دادن ظرف خالی پرهیز کنید.

ظروف استیل

این ظروف از ترکیب آلیاژی آهن با سایر فلزات تهیه می‌شوند. با ترکیب کردن آهن و دیگر فلزات، مقاومت و دوام ظروف آهنی حاصله (که اکنون استیل نام می‌گیرد)، افزایش می‌یابد و ظروف استیل را ظرفی مقاوم در برابر آسیب‌ها و خوردگی‌های رایج در ظروف آهنی تبدیل می‌کند. در واقع این ظروف تاحدودی سبک‌تر و بسیار مقاوم‌تر از ظروف آهنی می‌باشند. برخی از فلزاتی که برای ترکیب کردن با آهن مورد استفاده قرار می‌گیرند عبارتند از: کروم، نیکل، مولیبدن و تیتانیوم. این فلزات مقاومت ظروف استیل را افزایش می‌دهند و آنها را در مقابل آسیب ناشی از حرارت بالا، خراشیده و

ساییده شدن مقاوم می‌سازند، اما انتقال حرارت را در این نوع از ظروف تاحدودی کاهش می‌دهند. علاوه بر انتقال حرارتی کمتر، چسبیدن مواد غذایی به این ظروف نیز بعنوان دومین مشکل شناخته می‌شود. برای رفع این دو مشکل توصیه می‌شود هنگام پخت غذا به طور مرتب ماده غذایی در آن به هم خورده و مخلوط شود تا تمامی غذای درون ظرف در معرض حرارتی مناسب برای پخت کامل قرار گیرد.

غذاهای اسیدی که در تماس با ظروف استیل ضد زنگ هستند کروم را از ظرف برداشت می‌کنند. مسمومیت با کروم به علت حالت اکسیداتیو این عنصر خصوصا در فرم IV می‌باشد. کروم III نسبت به فرم IV ایجاد مسمومیت کمتری می‌کند (زیرا خیلی کم جذب می‌شود). مطالعات اخیر انجام شده بر انواع مکملهای کروم III نشان داده اند که:

- پیکولینات کروم و اسید پیکولینیک در موش‌ها خاصیت موتاژنی داشته‌اند.

- نیکوتینات کروم و کلراید کروم در موش‌ها خاصیت موتاژنی نداشته‌اند.

- کلراید کروم و ترکیبات شلاته کروم در انسان خاصیت سمی نداشته‌اند.

کروم IV به علت قدرت اکسیداتیو بالا برای انسان مضر می‌باشد. خوشبختانه برخی از غذاها (آب پرتقال) و مواد موجود در دستگاه گوارش قدرت تبدیل این کروم به نوع III را دارند. کروم IV می‌تواند در انسان سرطان ریه ایجاد کند. پخت و پز در ظروف استیل ضد زنگ از عمده‌ترین منابع آلوده‌کننده به این عنصر می‌باشند. بنابراین توصیه می‌شود از این گونه ظروف کمتر استفاده شده و بجای آن از ظروف چدنی برای پخت و پز استفاده شود.

این گروه از ظروف نیز همانند سایر ظروف فلزی در تماس طولانی‌مدت با برخی مواد غذایی، تغییراتی را در ترکیب آن ماده غذایی به وجود آورده و یا بعضی مواد غذایی موجب رهاسازی یون‌های فلزی از این ظروف شود و این یون‌ها وارد غذا می‌شوند. به همین دلیل توصیه می‌شود هیچگاه از این ظروف برای نگهداری طولانی مدت غذاهایی که ترکیبی اسیدی دارند و یا نمک‌سود شده‌اند و با افزایش میزان نمک برای مدت طولانی نگهداری می‌شوند، استفاده نکنید.

خرید ظروف استیل:

در هنگام خرید این ظروف باید به چند مورد زیر توجه نمود:

(۱) تا حد امکان در هنگام خرید، محصولات شرکت‌های معتبر را در اولویت خرید خویش قرار دهید.

(۲) صاف و صیقلی بودن کف ظرف را به دقت بررسی نمایید. پس از مدتی بکارگیری این ظروف و استفاده از وسایل فلزی برای برداشت غذا از این ظروف، این کف صاف و صیقلی آسیب خواهد دید. هرچه در ابتدا تعداد و میزان این آسیب‌ها به دیواره در تماس با غذای ظرف کمتر باشد، از نظر بهداشت مواد غذایی بهتر خواهد بود.

(۳) دسته‌ها و دستگیره‌های ظروف پخت غذا اهمیت خاصی دارند. هنگام خرید این ظروف به نصب مناسب، جنس دسته‌ها و جنس پیچ یا پرچ‌هایی که برای اتصال به ظرف به کار رفته‌اند و در برخی موارد ممکن است با ماده غذایی نیز در تماس قرار گیرند، توجه کنید.

آیا قابلمه‌های چدنی برای پخت و پز غذا مناسب هستند؟

ظروفی که در بازار مصرف به نام ظروف چدنی شهرت یافته‌اند. در واقع از فلز آلومینیوم با فرآیند ریخته‌گری تهیه می‌گردند. این فرآیند موجب افزایش مقاومت و نیز افزایش جرم حجمی و در نتیجه سنگین شدن این ظروف می‌گردد. اگرچه این ظروف نسبت به ظروف فلزی دیگر نظیر ظروف مسی، آلومینیومی و استیل، رسانایی حرارتی ضعیف‌تری دارند، لیکن حرارت به خوبی در این ظروف پخش شده و به طور یکنواخت به ماده غذایی منتقل می‌گردد. ظروف موسوم به ظروف چدنی نیز مانند ظروف فلزی در صورت تماس نزدیک با مواد غذایی در هنگام پخت، بر کیفیت آنها تاثیر می‌گذارند. لیکن این ظروف به صورت بدون پوشش و یا لعاب در بازار مصرف به ندرت یافت می‌شوند و اغلب دارای پوشش تفلون می‌باشند.

ظروف مخصوص فریز کردن:

برای فریز کردن مواد غذایی باید از ظروف مخصوص این کار استفاده کرد، در غیر این صورت ممکن است سایر ظروف در مقابل دمای پایین فریزر مانند 18°C - دوام نیاورده و به غذا صدمه برسانند. امروزه ظروف فریزری از جنس پلاستیک، شیشه، آلومینیوم و یا مقواهای کاغذی روغنی ساخته شده‌اند که برای بسته‌بندی مناسب می‌باشند. لازم به یادآوری است که معمولاً این ظروف قابل استفاده مجدد هستند.

ظروف شیشه‌ای معمولی برای فریز کردن مناسب نیستند، زیرا تحمل دمای پایین فریزر (180°C -) را ندارند. اما ظروف شیشه‌ای مخصوصی ساخته شده‌اند که تحمل دماهای پایین را دارند و با قرار گرفتن در فریزر صدمه نمی‌بینند. ضمناً در صورت استفاده از ظروف شیشه‌ای برای غذاهای مایع، سر شیشه را مقداری خالی نگهدارید، زیرا حجم مایعات در هنگام انجماد افزایش می‌یابد.

چنانچه از قوطی جهت نگهداری غذای منجمد استفاده می‌کنید، آن را در یک کیسه پلاستیکی قرار دهید و دهانه کیسه را با نوار مخصوص فریزر محکم ببندید، زیرا درب قوطی‌ها مانع ورود هوا به داخل آن نمی‌شوند.

ظروف یکبار مصرف

- از لیوان‌های یکبار مصرف از جنس پلی استایرن جهت نوشیدنی‌های داغ مانند چای استفاده نکنید (این لیوان‌ها بایستی تنها برای نوشیدنی‌های سرد مصرف شوند)، زیرا احتمال سرطان را افزایش می‌دهند.

- از قرار دادن ظروف پلی استایرن حاوی مواد غذایی چرب در فریزر خودداری کنید، زیرا پلی استایرن در کنار مواد غذایی چرب در سرما خاصیت شکنندگی پیدا کرده و خطر مهاجرت مونومرها وجود دارد.

- ظروف PET (بطری‌های نوشابه و آب معدنی) یکبار مصرف بوده و پس از استفاده باید دور انداخته شوند. از قرار دادن ظروف PET محتوی آب به مدت طولانی در یخچال و فریزر خودداری کنید.

- از ریختن مواد غذایی ترش مانند: آبغوره و آبلیمو در ظروف PET خودداری کنید.

- از ظروف پلی استایرن فوم (EPS) در پیترزافروشی‌ها نباید استفاده شود، زیرا دمای بسیار زیاد پیترزا (بالای 120 درجه سانتیگراد) باعث ذوب شدن EPS می‌گردد.

در هنگام استفاده از ظروف يك بار مصرف، باید به علامت اختصاری که در کف ظرف حک شده توجه کرد. استفاده از ظروف "پلی اتیلنی" (PE) و "پرو پیلینی" (PP) که به رنگ سفید می‌باشند و به طور عمده برای بسته بندی و نگهداری محصولات لبنی، روغن و سرکه به کار می‌روند، برای مواد غذایی گرم و مرطوب بلامانع است. استفاده از ظروف "پلی استایرنی فوم دار" (EPS) و ظروف "پلی استایرنی" سفید رنگ (HIPS) برای مواد غذایی گرم و مرطوب مشکلی ایجاد نمی‌کند ولی برای نگهداری مواد غذایی داغ مثلاً با دمای ۱۴۰°C نامناسب است. استفاده از ظروف "پلی استایرنی" شفاف (GPPS) تنها برای نوشیدنی‌های سرد مناسب است و برای مواد غذایی داغ مثل چای و قهوه مناسب نمی‌باشد. ظروف جدید تهیه شده از نشاسته ذرت، در کمتر از شش ماه دوباره تجزیه و به چرخه طبیعت باز می‌گردد و هیچ‌گونه مشکل زیست محیطی نخواهد داشت.

شستشو، نگهداری و بوزدایی ظروف

- برای نگهداری قهوه از بسته بندی های کاغذی یا پلاستیکی استفاده نکنید حتما از ظروف فلزی یا شیشه ای برای نگهداری آن استفاده کنید.

- برای برطرف کردن بوی ماهی از ظروف، آب گرم و آرد خردل را به آنها بمالید.

- برای تمیز کردن ماهی تابه های ته گرفته خمیری از جوش شیرین تهیه و روی ته گرفتگی ماهی تابه قرار دهید تا ۷ ساعت بماند.

- برای از بین بردن بوی نامطبوع از ظروف پلاستیک می توانید روزنامه مرطوب را درون ظرف به مدت چند ساعت قرار دهید و در آن را ببندید، بوی نامطبوع از بین می رود.

- از سودا میتوان برای جلا دادن و صیقلی کردن برخی فلزات مانند ظروف سیلور (نقره) و یا استیل زنگ نزن نیز استفاده کرد. کافیس با يك پارچه نرم و مرطوب توسط جوش شیرین ظروف را پرداخت کنید.

- جهت از بین بردن لکه‌های خیلی کوچک از روی ظروف مسی، می‌توانید پوست لیموترش را به نمک آغشته کرده و روی آن بمالید. چند قطره آمونیاک روی يك قاشق مایع ظرفشویی نیز برای لکه‌زدایی يك ظرف مسی مناسب است.

- برای تهیه‌ی نان می‌توانید از ظروف سفالی و یا کماج استفاده کنید حسن این ظروف به این است که نان بهتر پخته می‌شود زیرا ظروف سفالی گرما را در خود بیش‌تر نگه می‌دارد.

- سعی کنید حداقل هفته ای یکبار اسفنج، اسکاچ و پارچه های مخصوص خشک کردن ظروف را با ماشین لباسشویی شست و شو کنید. ذرات غذایی در اطراف حلقه ی سینک به همراه رطوبت، محیط مناسبی برای رشد باکتری ها می باشد. لذا به طور روزانه سینک ظرفشویی را شست و شو و ضد عفونی کنید. این عمل را هم می توان با ۵ میلی لیتر (۱ قاشق چای خوری) کلرین و ۱ لیتر آب و یا با استفاده از راهنمای ضد عفونی کننده های تجاری انجام داد.

- برای قطعه قطعه کردن مواد غذایی چنانچه از تخته ی برش استفاده می کنید سعی نمایید اگر جنس چوبی انتخاب می کنید، چوب آن صاف و سخت باشد و چنانچه از جنس پلاستیک استفاده می کنید فاقد ترک خوردگی و درز باشد. از تخته ی برش های نرم و نفوذ پذیر هرگز استفاده نکنید. تخته ی برش رابه وسیله آب داغ و صابون شست و شو نمایید و در صورت نیاز از برس مخصوص ساییدن استفاده کنید. برای ضد عفونی کردن آن می توان مانند ضد عفونی سینک وسایر سطوح عمل کرد.

برای از بین بردن بوی نامطبوع از تخته گوشت خردکن پس از خردکردن گوشت یا سبزی و یا ماهی چون تخته بو را به خود جذب می کند، باید خمیری از جوش شیرین و آب درست کرد و روی آن پهن نمود سپس تخته را شست تا بوی نامطبوع از بین برود.

- وقتی برای پختن مواد غذایی از مایکروویو استفاده می کنید، از ظروف ایمن و مخصوص مایکروویو استفاده نمایید.