



تخم مرغ را در خانه پاستوریزه کنید!

سالمونلا، مهم ترین میکروب و باکتری است که می تواند مستقیم از طریق مرغ به تخم مرغ یا از طریق پوسته آلوده تخم مرغ سبب بروز مسمومیت یا تب در انسان شود و این معمولا ۸ تا ۷۲ ساعت پس از مصرف تخم مرغ آلوده، عوارض ناراحت کننده ای مانند اسهال، استفراغ، شکم درد و بیشتر در افراد مستعد مانند سالمندان، خانم های باردار و کودکان بروز می کند.

راه اصلی نابود کردن این باکتری، پخت کامل تخم مرغ است. این آلودگی از طریق غذاهای حاوی تخم مرغ خام مانند انواع سس سفید، سس سالاد، تخم مرغ عسلی یا غذاهای نیم پز حاوی تخم مرغ آلوده به مصرف کننده سرایت می کند. اما راهکار دیگری برای از بین بردن این باکتری وجود دارد که در آن صورت می توان از تخم مرغ خام نیز در غذاها استفاده کرد.

در صنعت اغلب سفیده و زرده از پوسته جدا و طی فرآیند دمایی پاستوریزه و جداگانه بسته بندی و عرضه می شود اما اگر به تخم مرغ های مایع پاستوریزه شده کارخانه ای دسترسی ندارید می توانید با روش خانگی تخم مرغ را بی آن که از پوسته خارج کنید سالم سازی و به صورت خام مصرف کنید.

سالم سازی به روش خانگی

تعداد مورد نیاز از تخم مرغ را کف یک ظرف بچینید و تا حدی که سطح تخم مرغ ها را بپوشاند آب بریزید و با کمک دماسنج خانگی تا دمای ۶۰ تا ۶۱ درجه سانتی گراد به تخم مرغ ها حرارت دهید. سپس در همین دما حرارت دهی را قطع و بگذارید ۵ تا ۱۰ دقیقه در همین دما بماند. پس از گذشت این زمان تخم مرغ را از آب داغ خارج و بلافاصله داخل آب سرد بگذارید. این روش چون پایه و اساس علمی دارد تخم مرغ ها سالم سازی شده و از ضعیف ترین تا مقاوم ترین گونه های باکتری سالمونلا از بین خواهد رفت. حال اگر هنگام سالم سازی تخم مرغ، دما از ۶۰ درجه سانتی گراد بالاتر رفت، امکان دارد یکی از پروتئین های حساس به حرارت سفیده تخم شروع به تغییراتی کند و سبب مات شدن سفیده تخم مرغ شود. در صورت بروز چنین موردی هیچ مشکلی ایجاد نخواهد شد و می توانید تخم مرغ های بدون ترک را ۳ تا ۵ هفته داخل یخچال و اگر از پوسته خارج کردید تا ۱۰ روز در یخچال نگه دارید.

سند برگ سبز پژو ۲۰۶ رنگ نقره ای مدل ۸۴ پلاک ۳۱۳ ج ۱۷ ایران ۵۶ شماره موتور 10FSS15127919 شماره شاسی 19819802 به نام رحمان درویش زاده کماچالی مفقود گردیده و فاقد اعتبار است.

حرف و حدیث هایی در مورد تخم مرغ

ردشایعات تخم مرغی!

علت رنگ و برجستگی های پوسته

شاید تا به حال روی پوسته برخی تخم ها، برجستگی ها و نقاط سفید و نامنظمی را دیده باشید که برخی افراد وجود آن را نشان دهنده تلقیح داروهای هورمونی و آنتی بیوتیکی به مرغ عنوان می کنند. اما این باور پایه و اساس علمی ندارد. وجود این برجستگی ها به دلیل رسوب کریستال های کربنات کلسیم اضافی بر روی پوسته تخم مرغ است که اغلب وقتی مرغ تحت استرس و فشار زیاد قرار می گیرد مثلا در محیط های پرسر و صدا، احتمال تشکیل این برجستگی ها بر روی پوسته وجود دارد و مصرف آن هیچ ضرری برای سلامت ندارد. البته تغذیه نامناسب، جیره غذایی با کلسیم بالا و افزایش سن مرغ هم در بروز این امر بی تاثیر نیست.

بد نیست بدانید سفید یا قهوه ای رنگ بودن پوسته تخم مرغ به نژاد مرغ بستگی دارد و بر ارزش غذایی آن اثری ندارد. همچنین رنگ زرده مربوط به نوع تغذیه مرغ است و هر چقدر مواد رنگدانه ای زرد در جیره غذایی مرغ بیشتر به کار برود، رنگ زرده پررنگ تر می شود.

خون ورشته های سفید داخل تخم مرغ

گاهی وقتی تخم مرغ را می شکنیم رشته های مخاطی سفید رنگ یا لکه خونی چسبیده به زرده را مشاهده می کنیم که گفته می شود چنین تخم هایی نطفه دار بوده و نباید مصرف شوند. چنین عقیده ای صحت ندارد. رشته ها یا فیبرهای سفید رنگ مخاطی چسبیده به زرده، نقش نگهداشتن زرده در وسط تخم مرغ را دارند و هر چقدر ضخیم تر باشند به معنای تازه تر بودن تخم مرغ است و مصرف آن نه تنها مشکلی ندارد بلکه از جنس پروتئین بوده و برای بدن مفید هم هستند. علت وجود لکه خون در تخم مرغ که خیلی هم شایع نیست، پارگی عروق خونی ظریف در حین تشکیل تخم است که مصرف آن هیچ خطری برای سلامت ندارد، اما بهتر است لکه برداشته و مابقی تخم مرغ مصرف شود. لازم است بدانید تخم هایی که وارد بازار می شوند تقریبا هیچ کدام شان بارور شده نیستند. مرغ ها هر ۲۵ ساعت تخم گذاری می کنند و در مزارع تولید تخم مرغ هیچ خروسی وجود ندارد که سبب ایجاد تخم های نطفه دار شود.

مقابله با ترک خوردگی تخم مرغ آب پز

شاید بارها از اطرافیان شنیده باشید که اگر می خواهید تخم مرغ هنگام آب پز شدن ترک نخورد آن را در آب حاوی نمک و سرکه بپزید. اما آیا این باور واقعیت دارد؟ دلیل ترک خوردن تخم مرغ شوک دمایی یا فشار گازهای منبسط داخل تخم مرغ است. راه های مختلفی برای جلوگیری از ترک برداشتن تخم مرغ آب پز وجود دارد. این که تخم مرغ را زودتر از محیط یخچال خارج کنیم تا با محیط هم دما و در حین پختن احتمال شوک دمایی و ترک خوردن آن کاهش یابد. روش دیگر به کار بردن نمک و سرکه به آبی است که قرار است تخم مرغ ها در آن بپزند. واقعیت این است که نمک سبب افزایش نقطه جوش آب شده و سریع تر تخم ها سفت و منعقد می شوند و دیگر فرصتی برای ترک خوردن پوسته و خروج محتویات سفیده به بیرون وجود ندارد و اگر هم به احتمالی پوسته ترک بردارد، به دلیل سفت شدن زود هنگام سفیده، احتمال خروج محتویات تخم مرغ به بیرون بسیار کم می شود. همچنین سرکه با ایجاد محیط اسیدی و اثر خوردگی روی پوسته، منافذ پوسته را برای خروج گازهای احتمالی منبسط درون تخم مرغ باز کرده و براین اساس از ترک خوردن پوسته جلوگیری می شود ضمن این که اگر به احتمالی سرکه از طریق منافذ، وارد تخم مرغ شود به تسریع سفت شدن سفیده کمک کرده و فرصت تراوش سفیده به بیرون تخم مرغ بسیار کمتر می شود. بنابراین استفاده از نمک و سرکه برای پیشگیری از ترک برداشتن تخم مرغ های آب پز می تواند گزینه مناسبی باشد.

این روزها مرغ ها تخم طلا می گذارند و تخم های شان را به بهای زیادی می فروشند. تا زمانی که مرغ ها گرانفروش نشده بودند املت و نیمرو و انواع کوکوها در گروه غذای افراد محروم به شمار می رفت، اما امروزه این غذاها لاکچری شده و اغنیاروی آن حساب باز کرده اند.

آن زمان که تخم مرغ ارزان بود اگر شایعه یا اطلاعاتی در مورد تخم مرغ گفته یا شنیده می شد کمتر کسی به آن توجه می کرد اما حالا اگر کسی در مورد تخم این پرندگان شایسته، شایعه ای بسازد یا اطلاعات غلطی بدهد سریع ترتیب اثر داده خواهد شد. قصد ما نیز در این نوشتار همین است که نگذاریم به این تخم های طلا بی حرمتی شود.

با توجه به این که در بازار عرضه، تخم مرغ ها با قیمت های متفاوتی به فروش می رسند، شاید این پرسش پیش آمده باشد که دلیل این اختلاف قیمت چیست؟

درجه بندی تخم مرغ

اولین دلیل اختلاف قیمت تخم مرغ ها، سایز شان است. تخم مرغ ها از ریز تا درشت دسته بندی می شوند و صد البته انواع تخم های درشت، سنگین تر بوده و قیمت بیشتری دارند. عامل دیگر درجه بندی کیفی تخم مرغ است. شاید روی برخی انواع بسته بندی تخم مرغ ها حروف لاتین AA، A و B را مشاهده کرده باشید. اینها درجاتی است که کیفیت محتویات تخم مرغ را نشان می دهند. تخم مرغ AA نشان می دهد که کیسه هوا در این مدل تخم ها کوچک است و باعث می شود سفیده به خوبی در اطراف زرده قرار گیرد. اما در تخم مرغ با درجه کیفی A کیسه هوا بزرگ تر و سفیده تخم نازک تر است و در تخم مرغ B این احتمال وجود دارد که کیسه هوا بزرگ و پوسته لکه دار باشد. آنچه مورد تایید است، تخم مرغی است که شناسنامه دارد. یعنی تاریخ تولید و مجوز مصرف آن از سوی سازمان دامپزشکی کشور تایید شده و آدرس تولیدکننده اش معلوم باشد. تخم مرغ های بی شناسنامه چندان تایید شده نیستند.

