

Los huevos, ¿mejor dentro o fuera de la nevera?



Aceptémoslo: hay muchas posibilidades de que nuestra nevera sea un auténtico desastre.

Y no porque seamos desordenados, sino porque muchas veces guardamos en el frigorífico productos que estarían mucho mejor en la despensa o porque, simplemente, los colocamos en la peor zona de la nevera.

Pero si hay una duda que se repite cada vez que se habla del tema es cuál es la mejor opción a la hora de conservar los huevos. Y es que ocurre una cosa curiosa con este alimento: cuando los compramos en la tienda están a temperatura ambiente, pero la mayoría, nada más llegar a casa, los mete en la nevera.

¿Necesitan o no refrigeración? ¿Mejor guardarlos dentro o fuera de la nevera para evitar problemas con un producto cuya manipulación en verano resulta especialmente peligrosa? La respuesta rápida y sencilla es que la mejor opción es guardarlos en la nevera.

El frío no afecta a su sabor ni propiedades y facilita su conservación. La razón de esa aparente incongruencia entre venderlos sin refrigerar y tener que meterlos en la nevera es

muy sencilla: los huevos, efectivamente, no necesitan frío para conservarse, pero los cambios de temperatura no les sientan nada bien. Por eso la nevera es un lugar más seguro que un armario de la cocina, donde posiblemente la temperatura fluctue mucho más.

¿Y si tenemos una estupenda alacena -cómo nos gusta esa palabra- con una temperatura fresca y constante? También es una buena opción para guardar los huevos.

Fuente: 20minutos.