



# 国産チキンの上手な 保存と解凍の仕方。

## 保存方法

チキンを買って帰ったら、そのまま冷蔵庫に入れてしまっていないか？肉を良い状態に保つには、冷蔵庫へ入れる前に一度包装を開け、薄く平らにのばしてラップで包んであげましょう。特に夏場は、外気の上昇

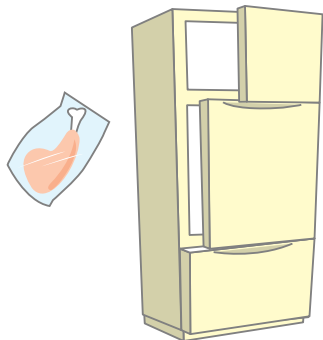
で品温も高くなるため、必ず包み直すことをおすすめします。冷凍する時は、一回に使う量を考え、その分量ごとに切り分けて冷凍しましょう。肉の品質保持に良いだけでなく、料理も効率的にできます。

## 解凍方法

1

### 冷蔵庫へ移す

冷凍庫から冷蔵庫に移して、自然解凍。朝のうちに冷蔵庫へ入れておけば、夕飯の支度に間に合います。



2

### 水につける

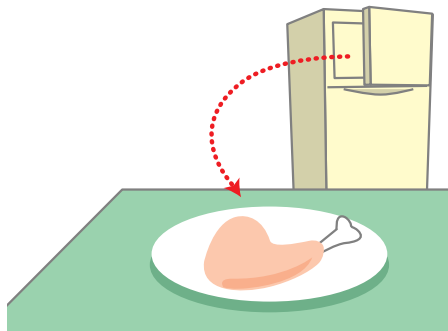
ビニール袋に入れて密封し、袋ごと水につけると、2〜3時間で解けてきます。急ぐ場合は、流水にさらすと10〜15分ほどで解凍できます。



3

### 常温におく

冷凍庫の外に放置し、自然に解凍するのを待ちます。気温によって解凍時間が異なります。



4

### レンジにかける

急ぐ場合は、電子レンジの解凍モードで。ただし、加熱のしすぎに注意しましょう。肉の中まで熱が通ってしまうと、味がつかなくなります。

