

راهنمای سالمسازی سبزیجات جهت پیشگیری از ابتلا به بیماریهای انگلی - روده ای

مرحله اول - پاکسازی : ابتدا سبزیجات مورد نظر را پاک کرده سپس با آب سالم شستشو دهید تا مواد زائد و گل و لای آن برطرف شود.



۲



۱

مرحله دوم - انگل زدایی : در داخل ظرفی مقدار ۵ لیتر آب سالم بریزید (هر ۱ لیتر معادل ۴ لیوان) و ۳ تا ۵ قطره مایع ظرفشویی به ازای هر لیتر آب اضافه کرده و قدری به هم بزنید تا کفاب تشکیل شود ، سپس سبزی پاک شده را در ظرف ریخته بطوریکه کفاب، سطح سبزی را بپوشاند، بعد از ۵ دقیقه سبزی ها را از روی کفاب جمع آوری کرده و با آب سالم شستشو داده تا تخم انگل ها و باقیمانده مایع ظرفشویی از آن جدا شود.



۴



۳

مرحله سوم - گند زدایی : در این مرحله مقدار نصف قاشق چایخوری پودر پرکلرین یا ۲ قاشق مرباخوری وایتکس و یا سایر مواد گندزدای موجود در داروخانه ها (باتوجه به دستورالعمل مصرف آن) را درون ۵ لیتر آب سالم ریخته و سبزی را به مدت ۵ دقیقه داخل آن قرار دهید.



۶

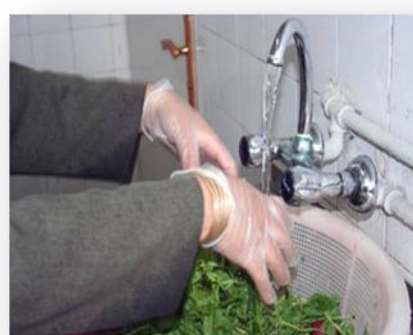


۵

مرحله چهارم - آبکشی با آب سالم : سبزی ها را از محلول گندزدا خارج کرده و با آب شستشو دهید تا باقی مانده مواد گندزدا از آن جدا شود.



۸



۷