

La Manera ideal de cómo almacenar el ajo para que permanezca fresco

Es súper importante saber **cómo almacenar el ajo para que permanezca fresco**. El ajo fresco agrega sabor a los alimentos de una manera que el ajo en frasco no puede igualar. **El ajo sin pelar se almacena en un lugar fresco, oscuro, seco y bien ventilado durante tres a cinco meses.**

El aceite de oliva no es un buen líquido de almacenamiento para el ajo. Si se deja a temperatura ambiente o en la nevera durante demasiado tiempo, el ajo en el aceite de oliva constituye un caldo de cultivo perfecto para las bacterias que causan el botulismo.

Afortunadamente, hay alternativas para el almacenamiento seguro del ajo. Así que, por supuesto, casi todas las amas de casa tratan de almacenarlos para que duren. **Una manera de almacenar el ajo es usar un refrigerador para esto.**



No es recomendable almacenar el ajo en aceite de oliva

Las esporas de la bacteria que causa el botulismo infectan muchos alimentos, especialmente los vegetales de baja acidez como el ajo. Pero debido a que la bacteria necesita oxígeno para reproducirse, generalmente no causa ningún problema.

Sin embargo, al sumergir los dientes de ajo pelados en aceite, se interrumpe el suministro de oxígeno. **Esto permite que las esporas se reproduzcan, produciendo una toxina que no cambia el aspecto, el olor o el sabor del alimento.**

La refrigeración ralentiza el crecimiento de las esporas, pero no lo detiene por completo; cuanto más tiempo guardes los dientes de ajos pelados en el refrigerador, mayores serán las probabilidades de que las esporas crezcan.

Guarda los dientes de ajo pelados en vinagre, vino o vinagre de vino

Puedes guardar con seguridad los dientes de ajo pelados en vinagre a temperatura ambiente; el ajo en vino o en una mezcla de vino y vinagre requiere refrigeración. Deséchalo si notas cualquier crecimiento de moho o levadura en el ajo

Puedes almacenar con seguridad los dientes de ajo pelados refrigerándolos en recipientes de plástico transparente a temperaturas de entre 32 y 41 grados Fahrenheit hasta por dos o tres semanas.

El almacenamiento por encima de estas temperaturas puede causar que los dientes se decoloren o que se desarrollen raíces o brotes.

El Ajo comercial en aceite

Podrías preguntarte cómo los fabricantes comerciales producen dientes de ajo en aceite sin aumentar el riesgo de botulismo. **La respuesta está en los conservantes que añaden para acidificar sus productos, como el ácido cítrico o el ácido fosforoso.**



Es difícil, acidificar el ajo en casa. Sigue las instrucciones del fabricante para el almacenamiento seguro de estos productos. **No compres ni uses ajo en aceite hecho en casa, incluso si se vende en tiendas especializadas.**

Como almacenar el ajo para que permanezca fresco en casa

El hecho de que el ajo sea útil y necesario para conservar, marinar, preparar tantos platos, quizás lo sepan todos.

Pero para que entiendas **como almacenar el ajo para que permanezca fresco**, necesario crear ciertas condiciones. Sin embargo, este cultivo es de dos tipos principales y, según su afiliación a uno de ellos, se deben elegir los métodos de almacenamiento.

Si no eres selectivo, entonces el ajo colocado en condiciones inadecuadas no resistirá el período previsto y perderás no sólo tu presentación y sabor, sino que también puede volverse menos útil, curativo e incluso estropeado.

Diferenciar el ajo de invierno y el ajo de primavera

Si compras ajo, entonces debes saber **cómo almacenar el ajo para que permanezca fresco** y que depende de la estación en la que te encuentres.

En primavera, predominan las variedades no estacionales y sin tallo, y los dientes están dispuestos en varias filas alrededor del centro del bulbo y generalmente en espiral.

El ajo de invierno debe tener un tallo. Los dientes circundantes están ubicados en fila, y generalmente son más grandes que el resorte, pero son mucho más pequeños. Si en invierno se corta un diente de ajo, entonces en su centro se puede distinguir claramente el germen del futuro.



Hay que tener en cuenta que el ajo de primavera puede conservarse en condiciones adecuadas para el invierno, pero no al revés. **El invierno en el calor comienza a germinar rápidamente, y también está sujeto a daños leves por diversas enfermedades y sequías.**

Al crear las condiciones necesarias, el almacenamiento del ajo de primavera puede durar todo el invierno hasta la primavera, sin pérdida significativa de su aroma, sabor y componente vitamínico. **El de invierno en su propio entorno de almacenamiento será mucho menor que el de la primavera.** Para aumentar este período, sin embargo, con una pérdida notable de aroma y sabor de ajo, es posible a través de la congelación.

[Mejor mesa de cultivo urbano](#): Aquí tenemos 3 opciones para ti

Propiedades nutritivas del ajo

Regula la presión arterial, es un antibiótico natural contra las infecciones gastrointestinales que hacen que la cintura se hinche y dilate, es capaz de disminuir los niveles de colesterol y triglicéridos en la sangre y tiene un efecto limpiador y desintoxicante sobre el hígado y el sistema digestivo en general.

El ajo contiene una preciosa sinergia de vitaminas, aminoácidos, enzimas, proteínas, minerales y sobre todo sustancias antitumorales: de los recientes estudios de campo se desprende que la ingesta regular de ajo es un excelente "revitalizante" metabólico.



Sus propiedades desintoxicantes sobre el tracto digestivo y los intestinos también ayudan a reducir las putrefacciones y la hinchazón.

Normas para aprovechar al máximo las virtudes del ajo

- 1.- Asegúrate de que el ajo sea local y orgánico. Lo ideal sería probarlo crudo o al menos no demasiado cocido.
- 2.- Para limpiar el aliento después de una comida con ajo, basta con masticar una hoja de salvia, una hoja de menta, un grano de café o semillas de anís.
- 3.- Para evitar "empañar" la casa con olores demasiado intensos, utiliza el diente de ajo cubierto con su "cáscara" (que sin embargo contiene ingredientes activos) o mantén el ajo en remojo en [leche](#) durante unas horas.

¿Cuál es [la mejor fruta](#) del mundo?

Si has dejado de fumar, te ayuda a no engordar

¿Ha decidido dejar de fumar y temes que tu metabolismo se congele y te haga engordar? Confía en el ajo, que limpia la circulación de los residuos de los cigarrillos y sustituye a los efectos "adelgazantes" de la nicotina, pero sin efectos secundarios.

Se puede comer fresco (1-2 rebanadas al día). También añadido a salsas, sopas, ensaladas y guarniciones, o se puede exprimir con la herramienta adecuada, y si realmente no te gusta su aroma, tomarlo en cápsulas de extracto seco, sólo una al día.

Lo ideal es comerlo crudo

Para beneficiarse de las propiedades saludables y adelgazantes del ajo, es aconsejable degustarlo crudo.



El ajo puede ser frotado sobre rebanadas de pan integral, con o sin tomate fresco, y sobre las paredes de las ensaladeras, para dar sabor a las verduras que vamos a sazonar, reduciendo así el uso de sal que provoca el estancamiento.

A las salsas de tomate y verduras se les puede añadir medio diente de ajo picado junto con un perejil picado, de esta manera la salsa es más apetitosa y se convierte en una verdadera "**medicina contra el colesterol**".