

Tabulka uchování potravin

	Doba uchování při atmosférickém tlaku	Doba uchování při použití technologie vakuování
Chlazené potraviny ($5 \pm 2 \text{ }^\circ\text{C}$)		
Červené maso	3-4 dny	8-9 dní
Bíle maso	2-3 dny	6-9 dní
Celá ryba	1-3 dny	4-5 dní
Divina	2-3 dny	5-7 dní
Tepelně zpracované produkty z vepřového masa	7-15 dní	25-40 dní
Krájené vepřové maso	4-6 dní	20-25 dní
Měkký sýr	5-7 dní	14-20 dní
Tvrdý a polotvrdý sýr	15-20 dní	25-60 dní
Zelenina	1-3 dny	7-10 dní
Ovoce	5-7 dní	14-20 dní
Uvařené a následně chlazené potraviny ($5 \pm 2 \text{ }^\circ\text{C}$)		
Pyré a zeleninové polévky	2-3 dny	8-10 dní
Těstoviny a rizoto	2-3 dny	6-8 dní
Vařené a pečené maso	3-5 dní	10-15 dní
Koláče a zákusky	2-3 dny	6-8 dní
Olej na smažení	10-15 dní	25-40 dní
Mražené potraviny ($-18 \pm 2 \text{ }^\circ\text{C}$)		
Maso	4-6 měsíců	15-20 měsíců
Ryby	3-4 měsíců	10-12 měsíců
Zelenina	8-10 měsíců	18-24 měsíců

Princip vakuového balení potravin

Zkáza potravin je způsobována chemickými reakcemi, ke kterým dochází, pokud jsou potraviny vystaveny vzduchu, teplotě, vlhkosti, účinku enzymů, růstu mikroorganismů nebo byly kontaminovány hmyzem. Tento proces můžeme zpomalit uložením potravin do vakua.

Vakuové balení snižuje absolutní tlak vzduchu v obalu či kontejneru tím, že odstraňuje kyslík a odstraňuje prchavé látky. Kyslík obsažený ve vzduchu způsobuje kažení potravin, protože jeho účinkem dochází k procesu oxidace, která zapříčiňuje ztrátu nutričních hodnot, chuti a dalších vlastností potravin. Vzduch také podporuje růst mikroorganismů a způsobuje poškození mražených potravin mrazem.

Vakuové balení prodlužuje životnost mnoha čerstvých potravin tím, že snižuje oxidaci a zamezuje bujení mikrobů (bakterií a plísní). Čerstvé potraviny však obsahují velké množství vlhkosti, která podporuje růst mikroorganismů, které se mohou množit za přítomnosti vzduchu nebo i bez něj. Aby se zabránilo rychlé zkáze takových potravin, je třeba, aby byly uchovávány při nízkých teplotách.

Bakterie se mohou množit za nebo bez přítomnosti vzduchu, v závislosti na druhu. Clostridium botulinum je velmi nebezpečným druhem bakterie, která se může vyvíjet v prostředích, které neobsahují kyseliny, jsou bez kyslíku a jsou vystaveny teplotám dlouhodobě přesahujícím 4 °C. Mezi potraviny, které jsou tímto druhem bakterie ohroženy, patří ty s nízkou kyselostí (jako je červené maso, drůbež, ryby, mořské plody, olivy ve slaném nálevu, vejce, houby a zelenina) a potraviny se střední úrovní kyselosti, jakými jsou prakticky všechny druhy zeleniny a mnoho druhů ovoce (zralé rajčata, cibule, červené papriky, fíky a okurky). Aby se zabránilo kontaminací touto bakterií, je třeba dodržovat základní hygienická pravidla a předcházet její škodlivému množení v uchovávaných potravinách tím, že jsou uchovávány chlazené jen na krátkou dobu nebo jsou zmrazeny, požaduje-li se jejich dlouhodobé uchování. Takové potraviny je však třeba konzumovat ihned po tepelném zpracování.

Vakuové balení určené pro mrazničku

V první řadě je třeba používat co nejčerstvější potraviny. Některé potraviny mají jemnou konzistenci, která by mohla být poškozena, pokud je výrobek vakuově balený v čerstvém stavu. Choulostivé a křehké potraviny jako jsou ryby, měkké ovoce, chléb a podobně, je vhodné nejprve předem zmrazit. V průběhu prvních dvaceti čtyř hodin nehrozí nebezpečí poškození potravin mrazem, takže je možné výrobky, které byly zmrazeny den předem, vakuově zabalit a následně je dlouhodobě skladovat v mrazničce, aby si zachovaly všechny nutriční hodnoty a chuťové vlastnosti čerstvého výrobku. Pokud vakuově balíte polévky, omáčky, dušené nebo jiné tekuté jídla, zmrazte je nejdříve ve vhodné misce nebo odolné nádobě a po vakuovém balení vakuovačkou vraťte zpět do mrazničky.

Před vakuovým balením zeleninu oloupejte a krátce blanšírujte ve vroucí vodě nebo v mikrovlnné troubě. Měla by být teplá, ale stále ještě tvrdá. Pak ji vakuově zabalte. Pokud není potravina předem mrazená, počítejte při zmrazování se zvětšením objemu potraviny a ponechte 5 cm délky obalu na toto zvětšení. Pokud jde o maso a ryby, je vhodné umístit tyto potraviny na papírový ubrousek a vakuově je zabalit i s tímto papírovým ubrouskem, který nasaje veškerou přebytečnou vlhkost v potravinech.

Při uchování potravin typu palačinky, lívance, tenké koláče, housky na hamburgery, apod. je skládejte na sebe a překládejte svačinový papírem. Bude pak jednodušší je od sebe oddělit, zbytek znovu zabalit a ihned vrátit zpět do mrazničky.

Vakuové balení určené pro ledničku

V příliš zaneprázdněných domácnostech je možné připravit jídlo předem, vakuově ho zabalit a uchovat v ledničce pro pozdější použití, kde pak stačí jídlo jen ohřát.

Vakuové balení určené pro spíž

I potraviny, které se skladují při pokojové teplotě (jako je například káva, mouka, těstoviny, cukr atd.), mohou mít užitek z toho, že jsou vakuově zabaleny.

Pokud jsou tyto výrobky několik dní neužívány, je vhodné chránit pomocí vakuového balení. Zachovají si své vlastnosti a nebude hrozit nebezpečí, že budou znehodnocené vlhkostí nebo napadené plísní nebo hmyzem.

Při rozmrazování vakuově balených potravin, jako je maso, ryby, ovoce, zelenina, nebo jiné choulostivé potraviny, je vhodné je umístit na nejnižší přihrádku v ledničce, aby se rozmrazovaly pomalu.

Chléb a jiné pečivo by mělo být ponecháno při rozmrazování v pokojové teplotě. Polévky a další tekutá jídla by měly být ve vakuových obalech ponořené do horké vody do doby, než dosáhnou požadované teploty. Pokud ponecháváte jídlo rozmrazit na pokojovou teplotu nebo je ohříváte v lázni na rozmrazování pokrmů, odstříhnete jeden roh obalu, aby mohli výpary či pára unikát. Po rozmrazení je nutné potraviny okamžitě konzumovat. Znovu už nezmrázujte!

Vakuové balení balených potravin

Mnoho potravin, jako je sýr nebo maso jsou vakuově balené již ve výrobnách. Abyste zachovali jejich

chuťové vlastnosti a čerstvost, zabalte je pomocí vakuovačky, jakmile původní obal jednou otevřete. Tyto potraviny musí být vždy zkonsumované do data spotřeby uvedeného na původním obalu. Při balení se s nimi musí zacházet s velkou péčí a je nutné dodržovat hygienické zásady.