

## Tips Cara Menyimpan Susu Murni dan Jenis Susu Lainnya



Susu kaya akan kandungan gizi yang baik bagi tubuh kita. Susu juga umum dikonsumsi oleh keluarga Indonesia, baik untuk diminum langsung maupun untuk diolah menjadi berbagai makanan dan minuman. Ada banyak jenis susu yang dijual di pasaran, mulai dari susu sapi atau susu kambing, susu dari bahan nabati seperti susu kedelai dan susu almond, susu dengan format bubuk atau cair, segar dan UHT. dan lainnya. Walaupun berbeda-beda jenis dan formatnya, umumnya produk susu tidak tahan lama. Karenanya, agar susu tidak mudah basi, Ibu perlu menyimpannya dengan cara yang tepat. Berikut ini adalah cara menyimpan susu murni dan jenis susu lainnya agar lebih tahan lama.

1. Setelah kemasan dibuka, susu cair segar harus segera dihabiskan, jika tidak habis bisa disimpan sampai dengan 3 hari di dalam lemari es.
2. Pastikan kemasan kembali ditutup sebelum disimpan lagi di lemari es.
3. Di dalam lemari es, letakkan susu di rak dalam lemari es, bukan di pintu lemari es. Suhu di pintu lemari es lebih rentan berubah.
4. Baik susu cair maupun susu bubuk sebaiknya tetap disimpan di kemasan aslinya dan tidak dipindahkan.
5. Hindari menyimpan susu di tempat yang terpapar sinar matahari langsung sehingga kandungan gizinya tidak rusak.
6. Jika susu yang sudah dituang ke wadah lain kemudian bersisa, jangan kembalikan sisa susu tadi ke kemasan semula.
7. Susu UHT yang umumnya diletakkan di rak tanpa pendingin di supermarket tetap

- harus disimpan di lemari es setelah kemasannya dibuka.
8. Susu bisa dibekukan dan tidak mempengaruhi rasa maupun kandungan gizinya, tetapi teksturnya dapat berubah setelah dicairkan kembali.
  9. Selalu perhatikan tanggal kadaluarsa di kemasan susu dan konsumsi susu yang sudah terlebih dahulu Ibu simpan.
  10. Susu bubuk sebaiknya disimpan di tempat yang kering dan sejuk.
  11. Susu bubuk yang kemasannya sudah dibuka sebaiknya dihabiskan tidak lebih dari 1 bulan.
  12. Simpan susu bubuk dalam kemasan dengan cara melipat kantung sachet beberapa kali dan simpan dalam wadah yang kering, bersih dan kedap udara.
  13. Jangan simpan susu bubuk di lemari es atau tempat yang lembab karena dapat membuat susu bubuk menggumpal.
  14. Apabila susu bubuk sudah dicampur air, cara penyimpanannya sama seperti susu cair biasa.

Sumber:

<https://www.dairygoodness.ca/milk/how-to-store-milk>

<https://hellosehat.com/parenting/nutrisi-anak/menyimpan-susu-bubuk-agar-tidak-rusak/>

<https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20141121184531-262-13095/cara-menyimpan-susu-agar-nutrisinya-terjaga>

<https://www.realsimple.com/food-recipes/shopping-storing/food/milk-storage-mistake>

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/tips-cara-menyimpan-susu-murni-dan-jenis-susu-lainnya.html>