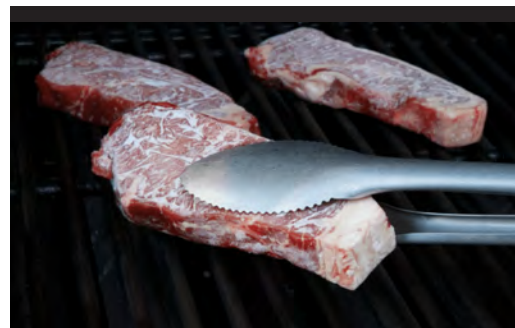


解冻方式



冷藏室内 41° F (5° C) 以下解冻
这是最安全的方式



烹饪过程中解冻



的流水解冻
浸入水中, <70°F (21°C)



如果食品解冻后立即烹饪或供应,
可以微波炉解冻



ADAMS COUNTY
HEALTH DEPARTMENT
Your Health. Our Mission.