

Nếu lỡ tay nêm nếm món ăn “quá đà” nên bị mặn, bạn đừng vội lo lắng mà hãy bình tĩnh áp dụng ngay những tuyệt chiêu “chữa mặn” vô cùng hiệu quả và đơn giản dưới đây nhé. Chắc hẳn món ăn sẽ vẫn đảm bảo giữ được hương vị thơm ngon nhất đấy.

Cách 1 : Thêm nước



Thêm nước là cách dễ nhất để chữa mặn cho món ăn. Ảnh: Internet

Đây là cách đơn giản nhất để bạn có thể áp dụng cho việc chữa mặn cháo hoặc những món ăn có nhiều nước như: canh, súp, món kho... Bằng cách cho thêm một lượng nước vừa đủ sẽ giúp trung hòa lại vị mặn của món ăn. Tuy nhiên, bạn cũng nhớ nêm lại các gia vị khác như: bột ngọt, hạt nêm, tiêu cho đậm đà nhé.

Cách 2: Dùng chanh tươi



Chanh tươi có tác dụng tuyệt vời trong việc giảm mặn cho món ăn. Ảnh: Internet

Những lúc đồ ăn bị mặn mà cần “chữa” gấp thì chanh cũng là một trong những giải pháp cực hữu hiệu cho bạn đấy. Chỉ cần nhỏ một vài giọt nước cốt chanh, khoảng 1/2 đến 1 thìa cà phê vào sẽ phát huy tác dụng rất hiệu quả, giúp giảm bớt vị mặn cho các món kho, món hầm hay canh... mà không làm ảnh hưởng đến mùi vị đặc trưng của món ăn.

Tuy nhiên, một điều nên lưu ý là với các món ăn có dùng sữa để chế biến thì bạn không nên dùng chanh để chữa mặn cho nó nhé. Vì nếu có chanh vào, sữa sẽ bị kết tủa ngay đấy.

Cách 3: Dùng giấm gạo



Giải cứu món mặn nhờ giấm gạo. Ảnh: Internet

Tương tự có tác dụng chữa mặn giống chanh, bạn có thể dùng giấm gạo để thay thế. Cũng đừng quên lưu ý rằng, khi bạn cho thêm giấm thì nên chế từ từ ít một, để lấy lại vị cân bằng cho món ăn. Không nên cho quá nhiều giấm một lúc kẻo làm món ăn bị hỏng nặng hơn nhé.

Cách 4: Dùng sữa chua không đường



Sữa chua không đường cũng có khả năng chữa mặn hiệu quả. Ảnh: Internet

Nếu ở trên bạn không thể dùng chanh hay giấm để “giải cứu vị mặn” cho các món ăn có sữa, phô mai hay kem tươi, cà ri béo... thì đừng lo, đã có sữa chua không đường. Bạn chỉ cần nêm thêm một lượng vừa đủ sữa chua nguyên chất không đường vào sẽ giúp vị mặn của món ăn giảm đi đáng kể. Nhớ là dùng sữa chua không đường nhé.

Cách 5: Dùng khoai tây sống



Không thể bỏ qua khoai tây khi giải cứu món ăn bị mặn. Ảnh: Internet

Một trong những cách chữa mặn cho món chiên hiệu quả đó là dùng khoai tây sống. Khi món ăn bị mặn, đặc biệt là các món khô như món chiên thường rất khó áp dụng những cách ở trên, bạn chỉ cần dùng một củ khoai tây, gọt sạch vỏ rồi cắt thành các lát mỏng, sau đó đặt vào món ăn đã được nấu chín trong khoảng ít nhất 15 phút trước khi thưởng thức hoặc để miếng khoai tây ở trong món ăn đến khi bạn dùng bữa thì vớt ra. Cách này sẽ giúp vị mặn món ăn lập tức biến mất theo từng lát khoai tây vô cùng hiệu nghiệm. Ngoài các món chiên, bạn cũng có thể dùng cách này cho các món canh, kho, xào đều phù hợp.

Cách 6: Dùng cà chua



Giảm mặn cho món ăn nhờ cà chua. Ảnh: Internet

Thay vì dùng khoai tây, bạn cũng có thể chữa cháy nếu lỡ các món ăn bị mặn bằng cách cắt lát cà chua cho dày rồi cho vào món ăn, ngâm trong đó từ 15 – 20 phút, vị chua tự nhiên của cà chua sẽ giúp trung hòa vị mặn của món ăn. Tuy nhiên, do vị chua của cà chua khá nhẹ nên bạn chỉ nên dùng cho những trường hợp không quá mặn để đạt hiệu quả tốt nhất nhé.

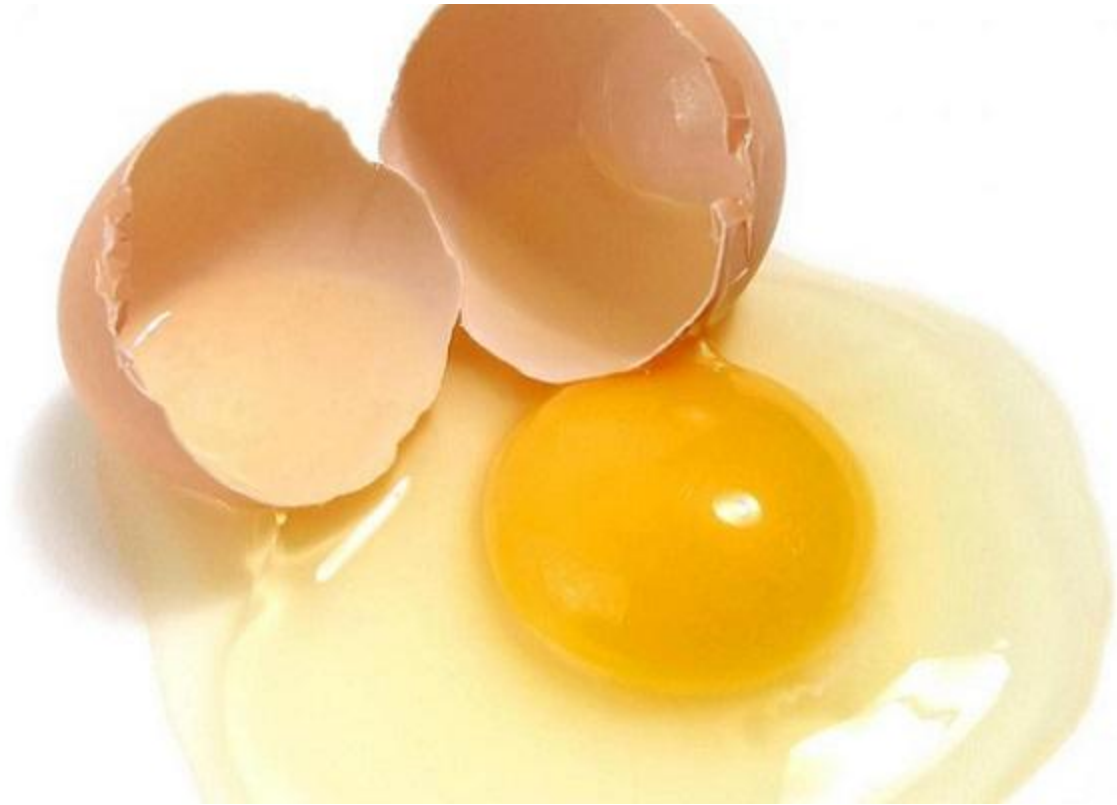
Cách 7: Dùng mật ong



Mật ong giúp cứu nguy cho món ăn bị mặn. Ảnh: Internet

Mật ong không chỉ là loại thức uống, gia vị tuyệt vời mà còn có công dụng chữa mặn rất hay. Nếu các món canh, món kho hay món súp bị mặn, bạn chỉ cần cho thêm một thìa nhỏ mật ong cũng sẽ giúp món ăn giảm mặn hiệu quả. Không chỉ vậy, mật ong còn giúp hương vị món ăn thơm ngon, đậm đà hơn.

Cách 8: Dùng lòng trắng trứng



mẹo

Cách này tuy có vẻ hơi “tốn kém” và rắc rối hơn một chút nhưng cũng rất hiệu quả nếu như lúc đồ ăn bị mặn mà tủ lạnh nhà bạn không còn những nguyên liệu chữa mặn trên kia. Do đó, khi nấu canh hay súp bị mặn, bạn hãy đập 1 – 2 quả trứng, tùy vào độ mặn mà bạn cho nhiều hay ít. Sau đó tách lòng đỏ ra và nhớ là không đánh lòng trứng lên nhé. Để nguyên lòng trắng trứng như vậy và cho vào nồi, để sôi khoảng 5 phút thì bạn vớt lòng trắng trứng ra, vị mặn của món ăn sẽ vơi đi khá tốt.

Tổng kết

Trên đây là những cách làm giảm vị mặn của thực phẩm trong chế biến món ăn rất hiệu quả và đơn giản. Bạn nhớ lưu lại để sẵn sàng áp dụng khi cần nhé.

Bài viết nói về: [Cách làm giảm độ mặn của thực phẩm trong chế biến món ăn đơn giản nhất](#)

Nguồn trích dẫn từ: [Trường Trung Cấp Nghề Kinh Tế - Du Lịch TP.HCM | CET](#)

Tác giả: [Lập Chef](#)

November 21, 2019 at 07:30AM