

Meddig fogyasztható a felbontott étel?

A csomagoláson szereplő lejárati idő nem ad útmutatást arra, hogy felbontás után mennyi ideig fogyaszthatók az élelmiszerek, pedig ez fontos a pazarlás csökkentéséhez és a biztonságos ételfogyasztáshoz.

A nyers húsok a legérzékenyebbek: a darált hús ideális esetben 1-2 napig hűtőben tartható, míg a szeletelt csirke, sertés vagy marha 3-5 napig marad jó minőségű, ha légmentesen zárva, 0-4 °C között tároljuk. A felvágottak és párizsi körülbelül 5-7 napig fogyaszthatók megfelelő tárolással.

A tejtermékeknel az UHT tej felbontás után 5-7 napig iható, a joghurt, kefir és tejföl pedig 7-10 napig marad ehető, ha hűtőben tartjuk és kerüljük a szennyeződést (pl. nem használunk más ételből származó kanalat).

A sajtoknál nagy különbség van: a kemény sajtok (pl. parmezán, ementáli)

3-4 hétig is eltarthatók, ha nem száradnak ki, míg a lágy sajtok körülbelül egy hétig fogyaszthatók felbontás után.

A pékáruk romlását a penészedés vagy a nedvességfelvétel okozza; a friss kenyér 3-5 napig marad jó szobahőmérsékleten, míg a szárasztészta és liszt jól lezárva évekig eltartható száraz, sötét helyen. A zsírok és olajok felbontás után kb. 3-6 hónapig használhatók, fénytől védett hűvös helyen.

Konzerveket soha ne hagyjunk a fémdobozban felbontás után: tartalmukat légmentesen zárt edénybe téve a hűtőben 3-4 napig őrzik meg a minőségüket.

Forrás: www.haszon.hu



Hallgassa online a Klubrádiót!

A Klubrádió hallgatói támogatásokból tartja fenn magát. Hallgassa, támogassa ön is a Klubrádiót! Hadd szóljon!

www.klubradio.hu

A Nyomtasd te is! pártoktól független közösségi hetilap és mozgalom.

Célja: valódi híreket vinni azoknak, akikhez nem jutnak el a hiteles információk.

LEGYÜNK MINÉL TÖBBEN TERJESZTŐK ÉS/VAGY TÁMOGATÓK!

Magnetbank 16200223-10026139-00000000

nyomtassteis.hu/jelentkezés/ | nyomtassteis.hu/tamogatas/

Kiadja: eDemokrácia Műhely Egyesület

Székhely: 1097 Budapest, Drégely u. 11-19.

Kiadásért és szerkesztésért felelős személy: L. László János

Kapcsolat: nyomtassteis@nyomtassteis.hu

nyomtassteis.hu Innen töltheti le a lapszámokat



[nyomtassteis](https://www.facebook.com/nyomtassteis)

[nyomtassteis](https://www.youtube.com/nyomtassteis)

[nyomtassteis](https://www.instagram.com/nyomtassteis)

NYOMTASS TE IS!

www.nyomtassteis.hu

Hírek, amelyek eddig nem juthattak el mindenkihez

Pártoktól független hetilap

Mire költ és mire nem a magyar állam?

Rendkívül tanulságos a cikkünkhöz mellékelte táblázat, amely jól mutatja, hogy mit tartott fontosnak az elmúlt 15 évben az Orbán-kormány. Az ebből következő gazdaság- és társadalompolitika azt eredményezte, hogy egy szűk kör mesésen meggazdagodott, miközben az Unió egyik legszegényebb országa lettünk, és végletesen leromlottak az állami szolgáltatások: az egészségügy, az oktatás és a közlekedés is.

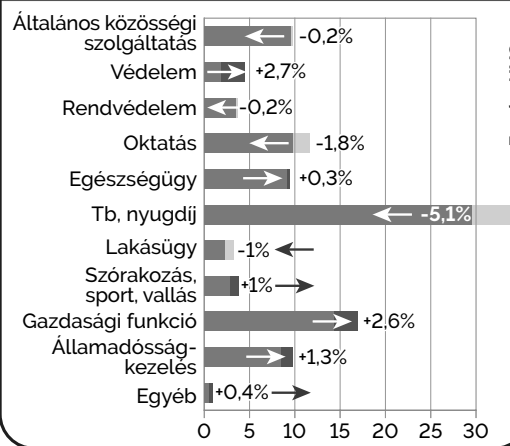
Látványosan többet fordított az állam az elmúlt másfél évtizedben védelmi kiadásokra, sport- és vallási célokra, de nőtt az adósságok fizetésére fordított összegek aránya is. Utóbbi immár a teljes állami

költségvetés 10 százalékát közelíti. Az egészségügyre és a közösségi szolgáltatásokra fordított kiadások stagnáltak. Az oktatásra, a lakásépítésekre, valamint a tb-re és a nyugdíjasokra fordított kiadások pedig látványosan csökkentek.

Hogy mire költ az állam, az egyrészt politikai döntés eredménye, másrészt az befolyásolja, hogy növekszik vagy csökken a gazdaság teljesítménye. Ez pedig attól függ, hogy mennyire sikeres az ország gazdaságpolitikája.

Ma már nem lehet elfedni a tényeket: Magyarország nem tudott felzárkózni az európai élvoalhoz, de még a környező volt szocialista országok is megelőztek minket. A magyar gazdaság három éve stagnál, az államadósság viszont egyre nő. Az utóbbi időben már szinte hitelből él az ország. (Folytatás a 2. oldalon)

Az államháztartás kiadásainak változása 2010-hez képest



(Folytatás az 1. oldalról)

Az Unió elzárta a források nagy részét hazánk elől, mert a kormány nem hajlandó visszaszorítani az állami korrupciót.

A gazdaságba durván beavatkoztak, a forrásokat a rokonok, haverok felé irányítják. Ebben a modellben a vállalatok fejlesztési lehetőségei nem azonosak, hogy mennyire jövedelmezők, mennyi megtakarítást halmoztak fel, vagy mennyire hitelképesek, hanem a kormányzati kapcsolataikon.

Jól mutatja ezt az irreális tendenciát, hogy 2025-ben a leggazdagabb magyaroknak, Orbán barátjának, Mészáros Lőrincnek 12-szer nagyobb a vagyona, mint a listát 2010-ben vezető Demján Sándornak volt 45 éves vállalkozói múlt után.

A Beneš-dekrétumok és a „szlovák asszony”

Szlovákiában egy 80 éve hozott magyarellenes törvényt kezdtek újra alkalmazni, de Orbán Viktor nem tiltakozik. Eközben Lázár János „leszlovákozott” egy Tisza pártos képviselőjelöltet.

A második világháború után az Edvard Beneš államfő által kibocsátott alkotmányrendelet kimondta a Csehszlovákia területén élő németek és magyarok kollektív bűnösségét, ez tette lehetővé a vagyonuk, földjeik elkobzását, az állampolgárságuk elvételét.

A törvényeket azóta sem semmisítették meg, sőt napjainkban erre hivatkozva vesznek el kártalanítás nélkül földeket állami építkezésekhez magyaroktól. Sőt, olyan javaslat van a szlovák parlament előtt, hogy börtönnel büntethető, aki megkérdőjelezi az úgynevezett Beneš-dekrétumokat. Orbán Viktor egyelőre annyit reagált, hogy

A Fidesz-kormányok pénzügyi hátterét csaknem egy évtizeden át a humán szférából elvont és átcsoportosított költségvetési pénzek, a vissza nem térítendő uniós támogatások és az alacsony kamatok mellett elérhető olcsó hitelek adták, ám ez a korszak lezárult.

A humán szférát – oktatás, egészségügy, szociális ellátás, nyugdíjasok – már nem lehet tovább kizsigerelni az összeomlás veszélye nélkül. A külföldön elérhető hitelek megdrágultak.

A jövő évi választások előtti osztogatás pedig tovább mélyíti a gazdasági válságot, hiszen ennek nincsen fedezete, magas kamatokra felvett hitelek-ből adják.

Forrás: www.hvg.hu

„tisztázni kell, hogy miről is szól az új törvény”.

Eközben Lázár János építési és közlekedési miniszter egy interjúban így fogalmazott: „Kicsit csodálkozom is, hogy a Tisza Párt nem talált magyar embert, és egy szlovák asszonyt kellett elindítania ebben a választókerületben.” Lázártól bocsánatkérést követelt a Tisza Párt, hiszen Strompová Viktória a magyarok lakta Bodrogszentmária nevű településen nőtt fel, magyar állampolgár, és 16 éve él Sárváron. Szerintük több millió határon túli magyart sértett meg ezzel. Lázár később – gúnyos stílusban – bocsánatot kért.

Forrás: www.444.hu

Gyermekbántalmazó igazgatók a Szőlő utcában

Néhány héten belül újra és újra le kellett váltani a javítóintézet vezetőjét, mert mindegyikről kiderült, hogy gyermekbántalmazó. Szabó Tímea, a Párbeszéd képviselője indulatos beszédet mondott ez ügyben a parlamentben. Alábbiakban ebből idézünk.

„Fideszes képviselőtársaim, maguk viccelnek velünk, ugye? Májusban letartóztatják Juhász Péter Pált, a Szőlő utcai intézet igazgatóját, miután kiderült, hogy gyerekeket erőszakolt meg. Majd az átvilágítás után kinevezik Kovács Buna Károlyt, aki intézetis gyerekek fejét veri az asztalba, majd a földön rugdossa őket. Aztán őt is letartóztatják. Ezek után a múlt héten kinevezik azt a Varga László Balázst, aki a debreceni javítóintézet igazgatóhelyettese, és akiről szintén kiderült, hogy alatta szintén nagyon súlyos visszaélések történtek.

Csak 2025-ben 10 öngyilkossági kísérlet történt a debreceni intézetben. Ez több, mint az elmúlt 20 évben összesen. Egy fiú a mosdóban felakasztotta magát. A nevelő észrevette, jelentette a most frissen kinevezett Szőlő utcai igazgatónak, Varga László Balázsnak. Varga úgy ítélte meg, hogy nem kell orvosi vizsgálatot elrendelni. (...) Másnap reggel az ügyeletes pszichológus

rendelte el az azonnali orvosi vizsgálatot. Kiderült, hogy a gyerekeknek nagyon súlyos belső sérülései vannak, és két csigolyája elmozdult, ami miatt egy életre lebénulhatott volna. (...)

És maguk most ezek után ezt az embert nevezik ki a Szőlő utca élére. Fideszes képviselők, önök ezt direkt csinálják? Nincs egyetlen ember önök között, aki nem bűnöző, aki nem gyermekbántalmazó, aki nem vert még gyerekeket, aki nem erőszakolt még meg gyerekeket? Hát hogy lehet az, hogy egymás után háromszor gyermekbántalmazót neveznek ki a Szőlő utca élére? (...) Ezek a maguk emberei, maguk neveztek ki őket. Ez egy pedofilvédő, gyermekbántalmazó szörnykormány. Ezek maguk. De, ahogy Orbán Viktor mondta, semmi nem lesz elfelejtve. Minden feljegyezve, maguk minden egyes gyermekbántalmazásért, minden egyes gyermek megerőszakolásáért felelni fognak.”

Forrás: www.parlament.hu

Mindent titkol előlünk az állam

Amióta a Fidesz kormányoz, minden információért meg kell küzdeniük az újságíróknak. Nem adják ki a közérdekű adatokat sem, csak akkor, ha elveszítik az ezzel kapcsolatos

pereket. Az elmúlt öt évben 245 közérdekűadat-pert bukott el az állam első fokon. Ebből 184 esetben teljesen, 61 ügyben pedig részlegesen vesztett.

Forrás: www.telex.hu