

# 唔想公司犯眾憎 惡頂食物咪亂帶

不少打工仔為節省開支及爭取時間工作，好多時都會將餸菜帶回公司並暫存在公司的雪櫃。不過，打工仔必須慎選餸菜食材，以免影響他人，否則隨時犯眾憎。

有網民在討論區發帖，分享指有同事帶榴槤返公司的經歷：「午飯時間去 Pantry 叮飯，不料一打開雪櫃就『成陣榴槤味』湧出來，原來係有同事將一盒榴槤放咗入雪櫃，佢個發泡膠盒雖然係包咗幾層保鮮紙，但氣味極濃，家吓成個雪櫃都係榴槤味，就連我個飯盒都有味，叮飯後嗰種味道真係無比難受，真係好想嘔呀……而且雪櫃門一開一關，結果更令榴槤味道傳遍走廊及辦公室，相當惡頂，不過，因為唔同樓層嘅關係，事件並冇驚動人事部，但有主管聲言要投訴，並希望至少發出個嚴厲的口頭警告咁話，惟最終都係未有下文。」真係有苦自己知。

帖文一出引發網民共鳴，一面倒認為榴槤這類濃味食物根本不應該出現在辦公室，指「唔係包住咗就無味，啲味仲滲緊出嚟」，又批評該類同事「自私到一個點」，反問，「依家成個雪櫃都係榴槤味，點算？」更有網民分享，除榴槤外，原來以下食物都會令人反感：

- 1. 濃味食物** 或醃製食物如鹹魚、咖喱、榴槤及泡菜等，因為氣味強烈，味道久久難以散去，尤其是在封閉式辦公室裏。
- 2. 小火鍋** 疫情以來流行的外賣火鍋，亦不應該出現在辦公室，因為蒸氣會影響同事、裝修，更有機會觸發消防灑水系統，後果嚴重。
- 3. 豆類製品** 如豆腐、豆腐皮等食物，因為容易變質，特別是夏天，為了健康着想，還是要避免帶這類食物。
- 4. 油炸食物** 不太建議冷凍保存。即使重新翻叮或烤焗，口感也會打折，且充滿油膩味。
- 5. 海鮮類** 煮熟後應盡快食用，否則會滋生細菌，避免反覆加熱。
- 6. 車厘子** 有專家曾指，車厘子含有大量的褪黑素，會令人昏昏欲睡，因此不適合上班時進食，不過，更令人擔心是車厘子非常多汁，如果不小心弄到衣服上更會影響儀容。
- 7. 咖啡因** 有助提神，但攝取過多反而不斷透支體力，愈喝愈累。
- 8. 香蕉** 很多白領都喜歡香蕉，但不適合辦公室食用，因它內含有多種助眠的營養素，會引發睡意。

為健康和其他同事着想，記得慎選食材以免犯眾憎。

## 5招雪櫃除味

一般雪櫃都會放入切半的檸檬除味，不過，用耐咗還是會聞到一陣臭味，係時候試吓新方法為雪櫃除味。

- 1. 梳打粉** 雪櫃異味大部分原因是清洗得不乾淨，或者食物放置太久未處理導致，梳打粉帶有輕微鹼性，同時有良好的吸附能力，可以吸收食物的微粒，從而去除臭味。加上吸水能力極強，同時可以吸走因濕氣而產生的異味。建議用碗倒入梳打粉擺入雪櫃上下層用以吸附異味，一個月更換一次。要留意是，已吸味的梳打粉不能食用，所以要小心存放。
- 2. 白醋** 白醋可作清潔，亦可作吸味。將白醋倒入玻璃杯，然後再放入雪櫃。白醋屬於微酸，可中和帶微鹼性的食物微粒，用以吸走雪櫃異味。而且白醋亦具有吸濕功能，同時可吸走雪櫃內的濕氣和黴氣，一舉兩得。
- 3. 純棉毛巾** 取乾淨純棉毛巾，折疊整齊放在雪櫃上層架邊，毛巾上微細小孔可以吸附雪櫃中氣味。過一段時間將毛巾取出用溫水洗淨，曬乾後還可以循環再用，十分環保。
- 4. 白砂糖** 白砂糖質地鬆軟，可以吸附雪櫃中異味。靠這些外在輔助手法去除異味，但只是暫時除去。
- 5. 適當收納** 想要雪櫃整潔又沒有異味，收納絕對是好幫手，還可以避免有異味發出。對於有味道的食物，如剩飯菜、熟食等，裝入玻璃保鮮盒，不僅存放整潔，後續需要微波爐加熱也方便。