

Prolite – Harga minyak goreng lagi melambung sejak satu bulan terakhir. Untuk para ibu rumah tangga memutar otak agar pengeluaran dapur tidak berlebih. Ya, penggunaan minyak goreng bekas pakai atau yang biasa kita sebut dengan jelantah jadi jalan keluar untuk menghemat penggunaan minyak goreng.

Bukan hanya minyak goreng yang memiliki merek yang mengalami kenaikan harga tapi untuk minyak goreng curah juga mengalami kenaikan harga.

Pasalnya masih banyak ibu rumah tangga bahkan pedagang yang menggunakan minyak goreng bekas yang lebih dari satu kali pakai atau secara berulang. Namun penggunaan minyak goreng secara berulang akan memberikan dampak buruk untuk kesehatan kita.

Baca Juga:Waspada Campak! Lakukan Imunisasi atau Vaksin Mengurangi Risiko Tertular

Penggunaan minyak goreng hanya di perbolehkan satu kali pakai saja karna jika penggunaan minyak goreng yang berkali-kali pakai itu dapat menimbulkan penyakit.

Apalagi, jika minyak digunakan untuk menggoreng ikan, ayam, atau berbagai jenis makanan yang digoreng lainnya lalu penggunaan berulang bisa merusak mineral yang terkandung di dalamnya.

Penggunaan minyak goreng yang berkali-kali akan menyebabkan penyumbatan pembuluh darah hingga kerusakan organ pencernaan.

Baca Juga:Berikut 5 Buah dapat Mengontrol Kadar Kolesterol, Alpukat Salah Satu yang Dapat Dikonsumsi

Dan ini tak hanya berlaku untuk minyak sawit, tetapi berbagai jenis minyak lain baik kelapa, canola oil, atau zaitun.

Kandungan lemak yang semakin tinggi dari minyak goreng berkali-kali dan muncul kotoran dari sisa-sisa makanan yang di goreng sebelumnya itu bisa berubah menjadi logam dan

merusak kualitas minyak.

Masih ada lagi penyakit yang akan di timbulkan dari penggunaan minyak goreng berkali-kali pakai ini diantaranya sakit maag, asam lambung dan masih banyak lagi penyakit yang ditimbulkannya. (*/ino)



Baca Selanjutnya
[Lampu Merah di Simpang “Lier” Jl. Lombok-Belitung Diaktifkan](#)