

## Co powinieneś wiedzieć o grillowaniu



## **Co powinieneś wiedzieć o grillowaniu**

Data publikacji  
16.08.2022 12:02

**Sezon na grillowanie trwa nadal dlatego warto zapoznać się z kilkoma**

## **praktycznymi wskazówkami.**

Zgodnie z prawem można rozpać grilla na swojej posesji, jednak w przypadku, gdy nieopodal znajdują się domy lub mieszkania, warto poinformować o tym sąsiadów. W tym miejscu należy zaznaczyć, że rozpalenie grilla na balkonie jest dozwolone, ponieważ balkon wchodzi w skład mieszkania. Zgodnie z prawem nie można go jednak pozostawić bez nadzoru, a cała procedura powinna się odbywać bez naruszania porządku publicznego. W praktyce oznacza to, że jeśli hałas bądź nadmierny dym będzie utrudnieniem dla sąsiadów, mogą oni wezwać służby. W przestrzeni publicznej grillowanie powinno odbywać się w specjalnie wyznaczonych do tego miejscach.

Wiele osób nie zdaje sobie sprawy z tego, że jedzenie posiłków przygotowanych na tradycyjnym grillu węglowym, wiąże się z przedostawaniem się do organizmu toksyn i związków rakotwórczych. Pierwszym sposobem na ograniczenia toksyn jest korzystanie z grilla elektrycznego, który pozwoli na kontrolowanie temperatury. Kolejnym dobrym pomysłem może okazać się zrezygnowanie z tłustych mięs i zastąpić je warzywami z rusztu, zdrowymi rybami oraz chudym mięsem.

Zapraszamy do zapoznania się z pełną treścią artykułu na witrynie

<https://www.gazetasenior.pl/>

[Więcej informacji.](#)

**Źródło:** <https://www.gazetasenior.pl/co-musisz-wiedziec-o-grillowaniu>

**Grafika:** <https://pl.freepik.com/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)
  
- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)