

Nourrir la vie

Organizar el refrigerador

Para prolongar la vida útil de sus alimentos

Platos preparados

Guárdelos a la vista y ponga los más viejos al frente para consumirlos primero.

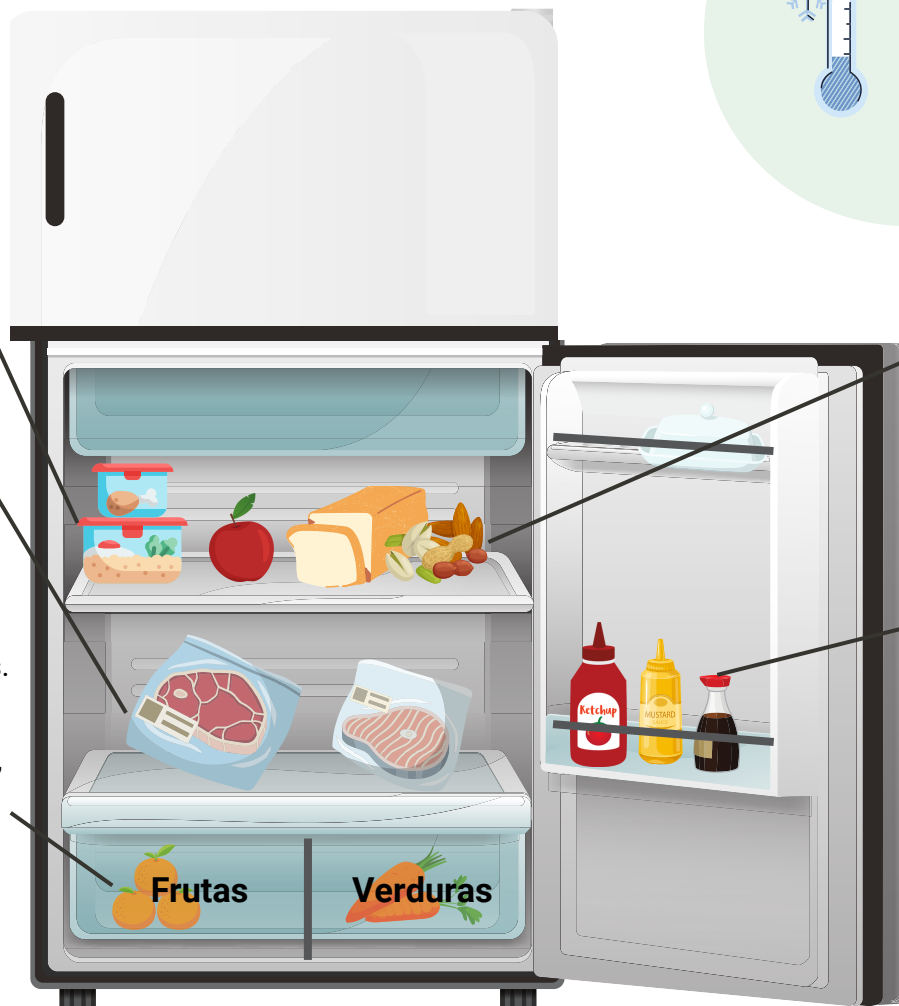
Carnes y pescados crudos

Guárdelos en el cajón inferior. Consúmalos o congélelos dentro de los 2 días siguientes.

Frutas y verduras

Sepárelos en diferentes cajones.

Guarde las manzanas, plátanos, kiwis, peras, melones, duraznos, albaricoques y aguacates separados de las demás frutas. Ya sea a temperatura ambiente o refrigeradas, aceleran la maduración de otras frutas.



Temperatura



Asegúrese de que la temperatura de su refrigerador se encuentre entre 0°C y 4°C.

Verifique la temperatura regularmente.

Pan, nueces y semillas

Se conservan frescos por más tiempo al refrigerarlos.

Condimentos y mantequilla

La puerta del refrigerador es el lugar ideal para conservarlos, ya que son menos sensibles al calor.

Coloque los productos perecederos a la vista. ¡Así no los olvidará!

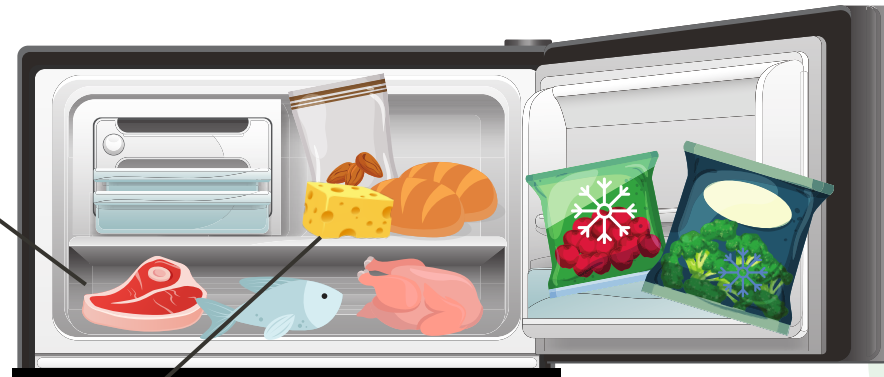
Nourrir la vie

Organizar el congelador

Para prolongar la vida útil de sus alimentos

Carnes y pescados

Vuelva a empacarlos herméticamente y congélelos al llegar del supermercado si no piensa usarlos en los próximos dos días.



Pan, queso, nueces y semillas

Congélelos si no planea consumirlos pronto.



Temperatura

Asegúrese de que su congelador esté a -18°C o menos.



Verifique la temperatura regularmente.



A temperatura ambiente:

Los plátanos y los tomates deben conservarse a temperatura ambiente, pero no en el mismo recipiente.



Para más herramientas, visite el sitio www.centrealima.ca

