

| Le stockage



- CONGÉLATION:

Pour conserver des aliments par congélation, placez-les dans des sachets à congélation ou dans des récipients fermés hermétiquement. Attention, il ne faut pas recongeler un aliment qui a déjà été congelé une fois.

Durée de conservation des aliments congelés

- RÉFRIGÉRATION:

Gardez au réfrigérateur les aliments sensibles à la chaleur (viande, poisson, œuf, produits laitiers, aliments préparés). Il ne devrait pas se passer plus de 2h entre l'achat et le retour dans un réfrigérateur des aliments. Ne surchargez pas le réfrigérateur, l'air froid doit pouvoir y circuler.

"Je congèle astucieusement"

- DÉCONGÉLATION:

Ne pas laisser les aliments décongeler à l'air libre car des bactéries pourraient s'y développer rapidement. Décongelez plutôt les aliments en les plaçant dans le réfrigérateur. Certains aliments peuvent être décongelés au micro-ondes ou au four moyennant des contenants adaptés (attention pas de barquette d'aluminium au micro-ondes).

- GARDE-MANGER:

Conservez les aliments secs dans des boîtes hermétiques après ouverture. Vous pouvez les stocker par date de conservation, les plus longs derrière et les plus courtes devant. En cas de doute, étiquetez les boîtes pour une identification plus rapide.