



## BROȘURĂ CU SFATURI ȘI TRUCURI PENTRU PĂSTRAREA ALIMENTELOR



**REGULILE DE AUR PENTRU DEPOZITAREA ALIMENTELOR ÎN FRIGIDERUL DUMNEAVOASTRA.**



*V-ați întrebat vreodată de ce legumele pe care le-ați pus direct în frigider imediat după ce le-ați cumparat s-au stricat atât de repede?*

*Sau care este cel mai bun raft pentru a vă așeza proviziile?*

Acest lucru se întâmplă dacă credem că toate alimentele sunt la fel și că frigiderul este întotdeauna cel mai bun loc pentru a le stoca.

Cu sfaturi și sugestii de la Candy veți ști întotdeauna cum să obțineți cele mai bune rezultate și să folosiți cât mai mult din caracteristicile sale.

Fiecare aliment trebuie să fie depozitat într-un mod diferit și fiecare secțiune a frigiderului are o funcție specifică.

**CUPRINS**

- 1. **PRINCIPII DE BAZA .....4**
- 2. **10 SFATURI SI IDEI PENTRU UTILIZAREA FRIGIDERULUI INTR-UN MOD “COOL” .....5**
- 3. **SUGESTII PENTRU RĂCIREA ALIMENTELOR .....8**
- 4. **TEHNICI DE REDUCERE A CANTITATILOR DE ALIMENTE ARUNCATE - STOCAREA IN FRIGIDER ..... 10**
- 5. **RECAPITULARE PENTRU CRESTEREA PERFORMANTEI SI REDUCEREA CANTITATII DE ALIMENTE ARUNCATE..... 11**
- 6. **DEPOZITAREA IN FRIGIDER A ALIMENTELOR PENTRU COPII ..... 12**
- 7. **CURĂȚARE ..... 13**
- 8. **11 ALIMENTE PE CARE NU TREBUIE SA LE PUI NICIODATA IN FRIGIDER ..... 14**

# 1. PRINCIPII DE BAZA

Frigiderul dvs. este legătura finală în ceea ce se numește "lanțul rece".

Acest concept ne spune că este important ca **produsele să fie stocate corect în fiecare etapă**, de la producție până la domiciliu.

Odată ce ați ales produsele dvs. în supermarket, aveți grijă să le păstrați la **temperatura potrivită**.

Acest lucru va limita numărul de micro-organisme care se pot dezvolta în interiorul lor.



# 2. 10 SFATURI SI IDEI PENTRU UTILIZAREA FRIGIDERULUI INTR-UN MOD "COOL"

## 1 VERIFICAȚI TEMPERATURA ÎN INTERIORUL FRIGIDERULUI DUMNEAVOASTRA

**Păstrați temperatura în interiorul frigiderului în jur de 4-5°C.**

**Închideți usa frigiderului repede** după utilizare pentru a economisi energie.

Când deschideți ușa, aerul cald intră și frigiderul trebuie să lucreze mai mult pentru a reveni la temperatura potrivită.

## 2 FIECARE ZONA A FRIGIDERULUI ARE PROPRIA SA TEMPERATURA

Bazându-se pe principiile fizicii că aerul rece coboară și că aerul cald se ridică, **cea mai rece parte** a frigiderului este **raftul inferior**, cel deasupra sertarului de legume.

## 3 TRATEAZĂ ALIMENTELE CORECT

**Fiecare aliment are temperatura proprie de depozitare.**

Carnea și peștele trebuie așezate în cea mai rece parte a frigiderului, cunoscută sub denumirea de răcitor. Partea de mijloc a frigiderului (de obicei la 4-5 °C) este potrivită pentru ouă, produse lactate, creme și produse de cofetărie, precum și alimente care trebuiesc depozitate în frigider. Zona cu cea mai mare temperatură, cunoscută sub denumirea de cutie pentru legume și fructe, trebuie utilizată pentru acestea, altfel pot fi deteriorate de temperaturi excesiv de scăzute.

Rafturile ușilor sunt cele mai calde părți ale frigiderului și sunt destinate produselor care necesită refrigerare ușoară (de exemplu: băuturi răcoritoare sau unt).

## 4 CONFORMAREA CU DATELE DE VALABILITATE

Nu depozitați alimente **în afara perioadei de valabilitate recomandată**.

Pachetele specifică condițiile de depozitare potrivite și poate menționa temperatura la care trebuie depozitate pentru a menține termenul de valabilitate.



## 5 FRIGIDERUL NU ESTE POTRIVIT PENTRU ORICE TIP DE ALIMENT

Unele alimente nu necesită refrigerare și de fapt chiar le poate deteriora. Fructele exotice și citricele pot deveni amare din cauza frigului, iar roșiile, fasolea verde, castraveții și dovleceii sunt bine în afara frigiderului; pâinea se strica mai repede la temperaturi scăzute. Fructele și legumele care nu sunt încă coapte trebuie depozitate la temperatura camerei.

## 6 CALD SI RECE NU SE AMESTECA

Nu puneți niciodată alimente fierbinți în frigider.

Dacă gătiți, **lăsați mancarea să se răcească complet** înainte de a o depozita în frigider: acest lucru va împiedica condensul și creșterea bruscă a temperaturii pe raft.

## 7 ÎNCERCAȚI SA PREVENITI CONTAMINAREA DE LA UN ALIMENT LA ALTUL

**Separăți alimentele crude de cele** care sunt **gătite sau gata pregatite pentru consumat** și veți împiedica micro-organismele din mancarea crudă să le colonizeze din urmă.

## 8 ÎNTOTDEAUNA UTILIZAȚI CUTILE SI RAFTURILE DE DEPOZITARE DUPA CE LE-ATI CURAȚAT SI AERISIT

Alimentele este întotdeauna cel mai bine să se păstreze în **pachetele originale**, marcate cu data de expirare și recomandările de depozitare. Măncarea pregătită în casă trebuie de asemenea depozitată cu grijă în **recipiente curate, cu capac**. Pur și simplu lăsați recipientele să se răcească înainte de a le închide, altfel aburul se va condensa pe capac și se va scurge înapoi în mâncare.

## 9 CURAȚAȚI ÎN MOD REGULAT INTERIORUL FRIGIDERULUI

Păstrați întotdeauna interiorul frigiderului curat.

Puteți utiliza **produse de curățenie, oțet sau doar apă și bicarbonat de sodiu**.

Un frigider curat funcționează mai bine și menține temperatura de refrigerare.

## 10 NU SUPRAÎNCARCAȚI FRIGIDERUL

Când faceți cumpărături, chiar dacă doriți să cumpărați tot ce vedeți, amintiți-vă cât de mult poate depozita frigiderul dvs.

Frigiderul **nu trebuie supraîncărcat**, deoarece **aerul rece din interiorul acestuia trebuie să poată circula liber** în jurul hranei.

Dacă nu există suficient spațiu între produse temperatura ideală nu poate fi atinsă.



Pentru a folosi alimentele înainte de data expirării și pentru a reduce cantitatea de alimente irosite, adoptați principiul FIFO (Primul intrat, primul iese).

Asigurați-vă că produsele alimentare care **au intrat în frigider mai întâi** sunt de asemenea și cele **care vor fi scoase** și utilizate. Puneți alimentele cumpărate mai târziu în spate sau sub cele aflate deja în frigider.

Pentru a vă îmbunătăți gestionarea răcirii, puteți urma sugestiile noastre de răcire a alimentelor:



### CARNEA SI PESTELE LA TEMPERATURA MAI JOASA

#### REGULI UTILE

Carnea tocată și peștele eviscerat trebuie plasate într-un recipient sau învelite în folie de bucătărie și utilizate în 24 de ore. Timpul de depozitare al carni depinde de tipul și de tăiere: **carnea tocată** trebuie utilizată în **24 de ore**; **păsările de curte** în **48 de ore**; **carne proaspătă** neambalată, tăiată la rece în general în decurs de **3 zile**.



### OUA, PRODUSE LACTATE, IAURTURI, PRODUSE DE PATISERIE CU CREMA SE PASTREAZA LA TEMPERATURI INTERMEDIARE (4-5 ° C)

#### REGULI GENERALE

**Laptele și smântâna** trebuie utilizate până la data expirării și întotdeauna în **maxim 2-3 zile** după deschiderea ambalajului.

**Ouăle** trebuie să fie păstrate întotdeauna **în frigider** și utilizate până la data specificată.

**Brânzeturile** trebuie protejate cu **folie de aluminiu** sau hârtie impermeabilă și plasate în recipiente sigilate corespunzător.

**Brânzeturile maturate** trebuie să fie învelite într-un **prosop curat**, deoarece acestea pot mucega într-o cutie sigilată.

Inspectați brânzeturile proaspete dacă au făcut mucegai. Dacă găsiți cea mai mică urmă de mucegai, este mai bine să le aruncați.

Lăsați mezelurile la rece în ambalaj de hârtie specială pentru alimente, înfășurați-le în folie de aluminiu închisă la margini și plasați-le în recipiente etanșe pentru punge de congelare.



### LEGUMELE, FRUCTELE SI PRODUSELE CARE NECESITA REFRIGERARE MAI MICA (DE EXEMPLU SUCURI NEACIDULATE, UNTUL) SI O TEMPERATURA MAI MARE (7-10 ° C)

#### REGULI UTILE

**Fructele și legumele** pot fi deteriorate de temperaturi extrem de scăzute și trebuie folosite **rapid**, înainte de a se deteriora.

Este bine să **nu spălați fructele și legumele înainte de a le pune în frigider**, pentru a nu pastra umezeală care ar ajuta la creșterea mucegaiului și a bacteriilor.



# 4.

## TEHNICI DE REDUCERE A CANTITATILOR DE ALIMENTE ARUNCATE - STOCAREA IN FRIGIDER

**Temperatura congelatorului** trebuie menținută la aproximativ **-18°C**.

Alimentele înghețate se vor menține mai mult timp decât cele păstrate în frigider. Cel mai bine este să transportați alimentele congelate de la supermarket în saci termici. Când se congelați alimentele este mai util să le **împărțiți în bucăți mici** și să le așezați în **recipiente curate**, cu o **etichetă** care să indice ce alimente sunt la interior și **data** congelării.

După ce ați gătit, este bine să permiteți alimentelor să se răcească înainte de a le pune în congelator.

**Pentru a dezgheța produsele alimentare** nu le lăsați la temperatura camerei; **puneți-le în frigider** până când s-au decongelat complet.

Important! **Produsele decongelate nu pot fi recongelate**, ci trebuie utilizate într-un timp scurt.



# 5.

## SA RECAPITULAM CUM PUTETI PASTRA ALIMENTELE IN FRIGIDER FARA SA SE STRICE REPEDE

1

### Nu umpleți până la refuz frigiderul

Cu cât este mai mare, cu atât mai multă energie va consuma pentru a menține temperatura necesară.

2

### Nu-l deschideți în mod inutil

Deschiderea și închiderea continuă permite aerului rece să se disperseze, așa că încercați să îl deschideți cât mai puțin posibil

3

### Nu puneți alimente fierbinți în interior

După ce ați gătit, așteptați ca vasul să se răcească la temperatura camerei în mod natural și nu utilizați frigiderul pentru a răci mâncarea.

4

### Setați termostatul între nivelul minim și mediu

și verificați temperatura: temperatura în frigider trebuie să fie între 4° și 5° C și în congelator între -18° și -15°C. Temperaturi mai scăzute doar vor consuma energie.



### În timpul iernii, temperaturile din exterior funcționează ca un frigider natural.

Înainte de a pune cumpărăturile în frigider, le puteți lăsa pe **balcon sau pe pervazul ferestrei** pentru câteva ore pentru **a reduce temperatura lor în mod natural**. De exemplu, apa minerală poate fi bine depozitată în aer liber, unde temperatura poate fi chiar mai scăzută decât cea din frigider. Acest lucru **va evita supraîncălzirea frigiderului și consumarea energiei electrice**.

# 6.

## DEPOZITAREA IN FRIGIDER A ALIMENTELOR PENTRU COPII

Când mamele încep să diversifice alimentația bebelușului, multe dintre ele preferă să facă un stoc de legume sau produse proaspete și să depoziteze în congelator.

Cu toate acestea, este important să faceți acest lucru în mod corect:

- 1 Răciți piureul înainte de congelare.
- 2 Utilizați **recipiente potrivite pentru o singură porție**: containerele de gheață, acoperite în mod adecvat, vor fi ideale, la fel ca și recipientele pentru verdețuri sau doar pungile obișnuite pentru congelator.
- 3 Există două opțiuni de dezghețare: fie **transferați recipientul din congelator în frigider** și lăsați-l să se dezghețe pentru câteva ore sau **utilizați un bain-marie**. **Nu decongelați la temperatura camerei.**



# 7.

## CURĂȚARE

Frigiderele trebuie curățate **cel puțin o dată pe lună**, scoțând toate alimentele, îndepărtând piesele detașabile pe care le spălați cu apă, apoi se șterg cu **un burete înmuiat în oțet de vin alb și apoi le uscați**. De asemenea nu uitați să spălați și pereții.

Pregătiți un **castron cu apă cu puțin detergent și cu un burete ștergeți** pereții frigiderului și toate rafturile nedemontabile, apoi clătiți cu o cârpă umedă.

Acum, ștergeți interiorul frigiderului cu un burete înmuiat în oțet de vin alb și **câteva picături de lamaie**, înainte de a clăti din nou cu o cârpă umedă și, în final, ștergeți cu o cârpă uscată. Pe lângă faptul că este un fel de dezinfectant, oțetul de vin alb elimină și toate mirosurile - inclusiv detergentul - și, odată evaporat, va lăsa suprafețele **complet sterilizate**.



Cu toate acestea, dacă **mirosurile neplăcute** persistă, ștergeți cu un burete înmuiat în **oțet de vin roșu**, mai puternic decât echivalentul alb și lăsați un mic pahar cu trei linguri de bicarbonat de sodiu sau un pahar cu lapte în interiorul frigiderului: va neutraliza orice miros și pentru a împiedica lipsa ventilației să provoace alte mirosuri neplăcute.



# 8.

## 11 ALIMENTE PE CARE NU TREBUIE SA LE PUI NICIODATA IN FRIGIDER

Există o mulțime de alimente pe care nu trebuie să le puneti niciodată în frigider: produsele care se deteriorează mai repede, se vor opri din maturitate sau își vor pierde aroma și savoarea la temperaturi scăzute (în special fructele și legumele).



**AVOCADO** În supermarket, veți găsi adesea avocado care încă nu sunt foarte coapte și sunt greu de decojit și de mâncat. Dacă le puneți în frigider, va trebui să așteptați mult timp pentru a le consuma. Cel mai bine este să le țineți afară pentru a se coace rapid și pentru a te bucura de consistența potrivită.



**CITRICE** O portocală frumoasă și proaspătă? Dar dacă puneți citrice în frigider, este foarte probabil ca acestea să devină amare. Păstrați-le într-un loc răcoros și uscat, astfel încât să păstreze și aroma lor completă. Doriți să puneți o jumătate de lămâie în frigider? Doar puneți partea tăiată în jos pe farfurie - se va păstra mai bine.



**BANANE** Bananele se păstrează mai bine dacă stau în chiochine. În plus, este mai bine să nu le puneți niciodată în frigider: coaja lor este foarte probabil să se negrească, mai ales în cele mai reci părți ale frigiderului.



**BUSUIOC** Busuiocul își pierde aroma foarte repede la temperaturi scăzute. În frigider poate absorbi și mirosurile celorlalte alimente.



**CAFEA** Cafeaua este extrem de delicată și dacă stă la rece își poate schimba aroma.



**CEAPA** Ceapa are nevoie de întuneric: frigiderul nu este absolut cel mai bun loc pentru a fi păstrată, nu numai din cauza luminii, ci și din cauza faptului că umiditatea pe care o absoarbe o face să se strice mai repede.



**COACAZE** Fructe mucegaite? Asta se întâmplă dacă le depozitați în frigider. Coacazele tind să rețină apa, ceea ce accelerează creșterea mucegaiului.



**PEPENE** Temperatura scăzută din frigider poate modifica antioxidanții care fac pepenii atât de buni pentru noi. Cu toate acestea, dacă doriți ca pepenele galben să fie rece cu orice preț, îl puteți tăia înainte de servire și îl puneți în frigider timp de zece minute.



**CARTOFI** Temperatura ideală pentru depozitarea cartofilor este de aproximativ 9 grade, deci este bine să nu îi depozitați în frigider: temperaturile scăzute încurajează germinarea și o creștere a solaninei, o toxină. Dacă temperaturile sunt prea mari, cartofii devin negri și nu mai pot fi mâncați.



**ROSII** Rosiile sunt cele mai bune legume pentru noi: pentru a le pastra în mod natural acestea nu ar trebui să fie introduse în frigider, deoarece temperaturile scăzute le deteriorează și își pierd sucul.



**DOVLEAC** Dovleacul are nevoie de condiții uscate, bine ventilate pentru a se menține bine. Odată ce a fost tăiat dovleacul, acesta poate fi acoperit cu un mic film de bucătărie pentru a nu se usca.





## Service

Candy Service administrează o rețea de peste 40 de unități de Centre Service Autorizate pe teritoriul întregii țări. Trainingul direct și constant, combinat cu stocurile de piese de schimb originale, garantează servicii eficiente de top. Pe lângă competență și încredere, Candy Service poate oferi și: Garanții Extinse, produse profesionale pentru îngrijirea sau mentenanța aparatelor electrocasnice și accesorii recomandate de către rețeaua oficială de service.

Datorită anilor de profesionalism dovedit, Candy Service oferă răspunsuri adecvate partenerilor și consumatorilor săi, prin intermediul reprezentanților calificați și capabili să construiască soluții specifice sau proiecte speciale.

Pentru informații și soluții profesionale, vă rugăm contactați Managerul de Service pe România prin e-mail la adresa [office@candy.ro](mailto:office@candy.ro)

Candy Service: contează pe noi.

## Relatii cu clientii



0344403030

candy.ro

