

Unaque aliment à la bonne place!

Chaque produit a sa température de conservation idéale. Or, la température à l'intérieur de votre réfrigérateur n'est pas constante et peut varier, selon les zones, de 0 °C à 10 °C.

D'où l'importance de ranger chaque denrée au bon endroit dans votre frigo.

ZONE FROIDE (ENTRE 0 °C ET 3 °C)

Produits crus, entamés, à décongeler:

- les viandes et les poissons crus,
- la charcuterie,
- les jus de fruits frais,
- les produits frais entamés,
- les produits à décongeler.

ZONE FRAÎCHE (ENTRE 4 °C ET 6 °C)

Restes de repas cuisinés et produits laitiers :

- les viandes et les poissons cuits,
- les fruits et légumes cuits,
- les pâtisseries, les sauces, les fromages frais, les produits laitiers, la crème fraîche, etc.

BAC À LÉGUMES (ENTRE 7°C ET 8°C)

- les fruits et légumes frais,
- les aromates,
- les fromages à pâte dure.

Retirer les légumes des sacs en plastique car, en cas de condensation, ils vont pourrir prématurément.

Conserver les aromates, tels que le persil, dans un linge humide.





Bien entretenir pour bien conserver

Il est recommandé de **laver son frigo tous les deux mois.** Lavez-le avec un mélange de **50 cl d'eau chaude et d'une cuillère à café de bicarbonate de soude**.

Pour chasser les mauvaises odeurs, ajoutez une cuillère à soupe de jus de citron au mélange.

Vous pouvez aussi recycler un **reste de citron entamé** dans votre frigo pour absorber mauvaises odeurs.

PORTE - ZONE TEMPÉRÉE (ENTRE 7 °C ET 10 °C)

Denrées peu sensibles :

(car les températures fluctuent en ouvrant le frigo) :

- le lait.
- les œufs,
- le beurre.
- les confitures et compotes entamées,
- · les condiments en hocaux
- les boissons.
- les vinaigrette, mayonnaise, ketchup, moutarde, etc.

Me se conservent pas au frigo

- Certains fruits tels que les ananas, les bananes, les pêches, les poires, les pommes, etc.
- **Certains légumes** tels que l'ail séché, les avocats, les concombres, les courges entières, les échalotes, les oignons, les pommes de terre, les tomates, etc.
- **D'autres aliments** tels que le basilic, le café, le chocolat, l'huile d'olive, le pain, les pâtes à tartiner, etc.

- 2. Placez le verre sur un étage du frigo.
- 3. Après 2 heures, vérifiez la zone de température indiquée par le thermomètre.
- 4. Collez le pictogramme correspondant dans cette zone du frigo.
- 5. Déplacez le verre et répétez les étapes précédentes pour identifier chacune des zones du frigo.
- 6. Collez l'aide-mémoire dans un endroit visible de votre frigo. À vous de ranger!

Nous vous conseillons vivement de lire la notice de votre matériel afin de savoir si vous possédez un frigo à froid statique, brassé ou ventilé. Selon le cas, les zones de températures peuvent différer du schéma.



Thermomètre

Pictogrammes

Aide-mémoire

Intradel et votre commune

Mon frigo zéro gaspi



Vous possédez un frigo à froid brassé ou ventilé? Vous pouvez utiliser le thermomètre pour vérifier que la température du compartiment principal est située entre 0 et 6°.

PORTEDenrées
peu sensibles

ZONE

FRAÎCHE

BAC À LÉGUMES

ZONE FRAÎCHE

Restes cuits, produits laitiers

ZONE FROIDE

Produits crus, entamés, à décongeler

ZONE FROIDE

Produits crus, entamés, à décongeler

Mon frigo zéro gaspi

PORTE - ZONE TEMPÉRÉE Denrées peu sensibles :

- · lait, œufs, beurre,
- · sauces et bocaux entamés,
- boissons.

BAC À LÉGUMES

- fruits et légumes frais, aromates,
- fromages à pâte dure.

ZONE FRAÎCHE Restes cuits, produits laitiers :

- viandes et poissons cuits,
- fruits et légumes cuits,
- pâtisseries, sauces, fromages frais, produits laitiers, etc.

ZONE FROIDE Produits crus, entamés, à décongeler :

- viandes et poissons crus,
- · charcuterie,
- · jus de fruits frais,
- · produits frais entamés,
- · produits à décongeler.

Intradel



Port de HERSTAL - Pré Wigi 20 - 4040 Herstal

Tél.: 04 240 74 74 - Fax.: 04 248 11 42 info@intradel.be - **www.intradel.be**



