



Després de festes,

què feim amb les sobres  
perquè siguin segures?



## CONSERVAR

**Evitau deixar els aliments cuinats més de dues hores sense refrigerar.**

**Conservau els aliments cuinats sobrers en recipients nets a la gelera si us els menjareu l'endemà o al congelador si els consumireu més tard.**

**Guardau les sobres en racions petites perquè sigui més fàcil reencalentir-les i consumir-les.**

**Guardau els productes frescs, com carn, peix i verdures, separats i a la part baixa de la gelera.**



**CONGELAU A -18°C.**



**Congelau les sobres en racions petites per facilitar el consum posterior.**

**Marcau els recipients amb el nom de l'aliment, la data de congelació i el nombre de racions.**

**Evitau omplir massa el congelador perquè hi circuli bé l'aire i els aliments es refredin correctament.**

**Si veis cristalls de gel, blocs endurits, zones toves o envasos de paper trencats, es pot haver romput la cadena de fred.**



