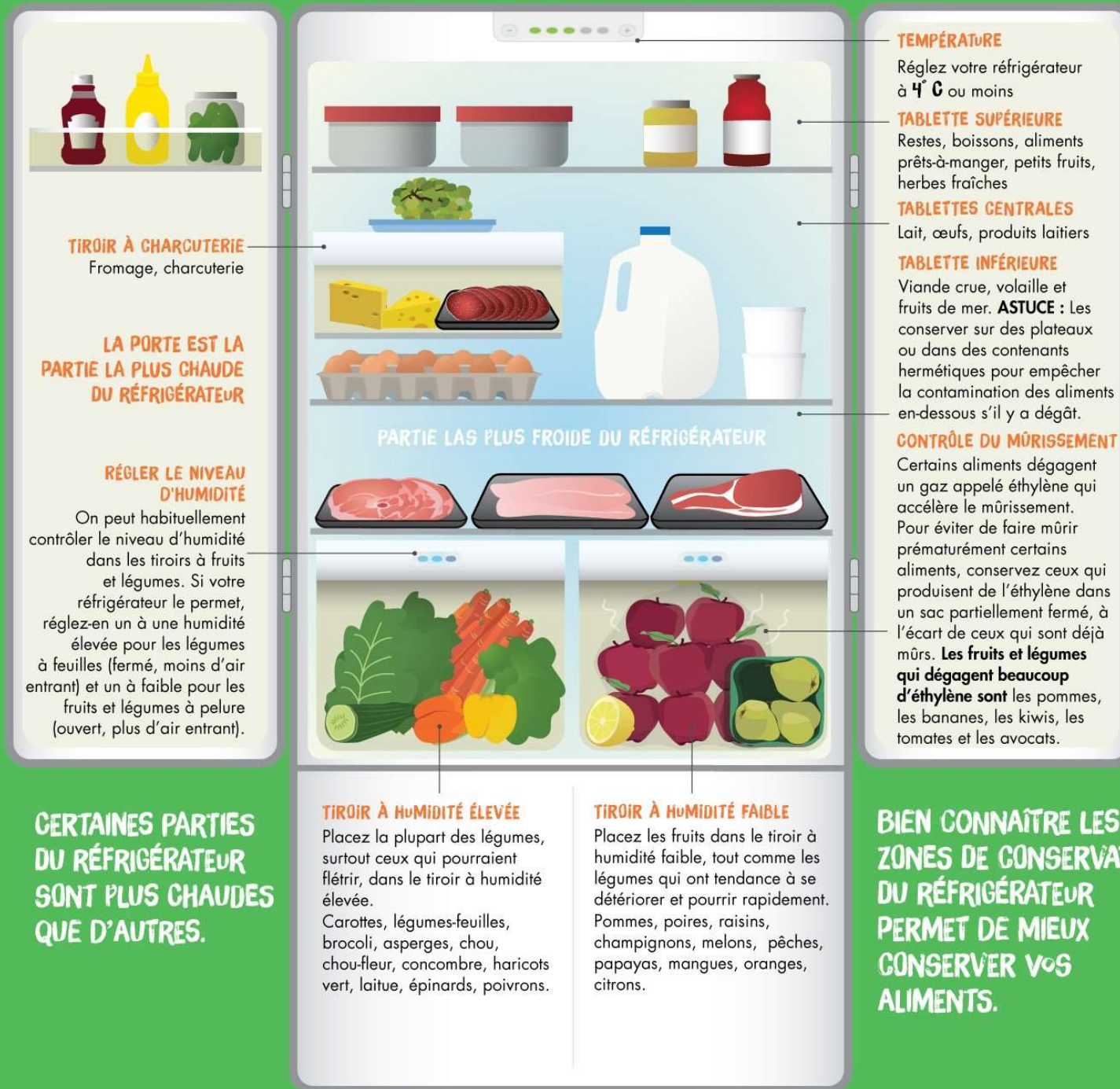


SAUVEGARDER LES ALIMENTS DANS LA BONNE SECTION DU RÉFRIGÉRATEUR, ÇA FAIT UNE GRANDE DIFFÉRENCE.

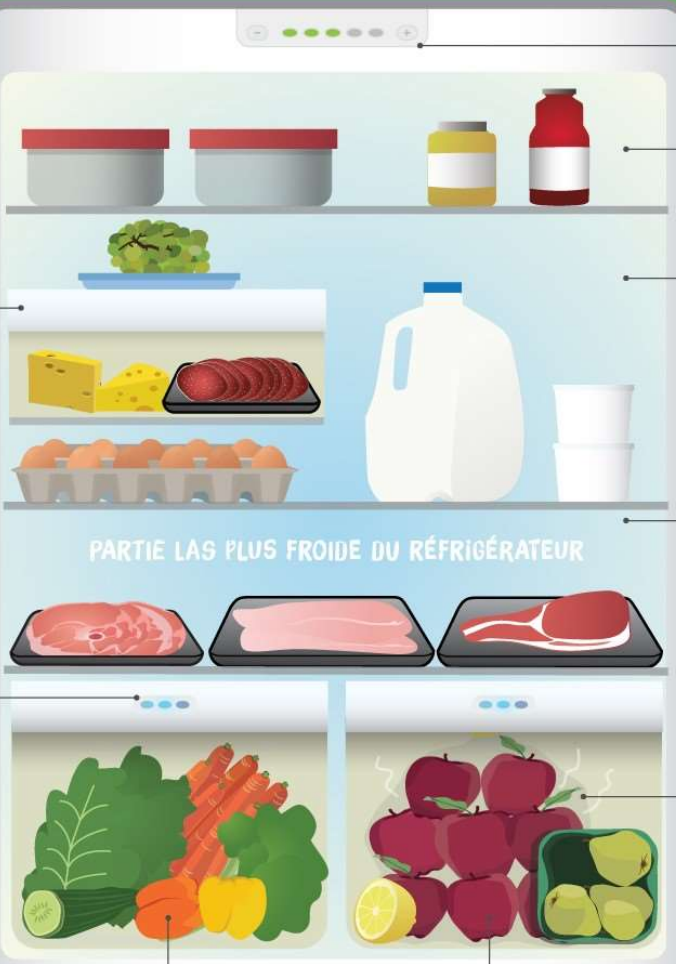


TIROIR À CHARCUTERIE
Fromage, charcuterie

LA PORTE EST LA PARTIE LA PLUS CHAUDE DU RÉFRIGÉRATEUR

RÉGLER LE NIVEAU D'HUMIDITÉ
On peut habituellement contrôler le niveau d'humidité dans les tiroirs à fruits et légumes. Si votre réfrigérateur le permet, réglez-en un à une humidité élevée pour les légumes à feuilles (fermé, moins d'air entrant) et un à faible pour les fruits et légumes à pelure (ouvert, plus d'air entrant).

CERTAINES PARTIES DU RÉFRIGÉRATEUR SONT PLUS CHAUDES QUE D'AUTRES.



PARTIE LA PLUS FROIDE DU RÉFRIGÉRATEUR

TIROIR À HUMIDITÉ ÉLEVÉE
Placez la plupart des légumes, surtout ceux qui pourraient flétrir, dans le tiroir à humidité élevée.
Carottes, légumes-feuilles, brocoli, asperges, chou, chou-fleur, concombre, haricots vert, laitue, épinards, poivrons.

TIROIR À HUMIDITÉ FAIBLE
Placez les fruits dans le tiroir à humidité faible, tout comme les légumes qui ont tendance à se détériorer et pourrir rapidement.
Pommes, poires, raisins, champignons, melons, pêches, papayas, mangues, oranges, citrons.

TEMPÉRATURE
Réglez votre réfrigérateur à **4°C** ou moins

TABLETTE SUPÉRIEURE
Restes, boissons, aliments prêts-à-manger, petits fruits, herbes fraîches

TABLETTES CENTRALES
Lait, œufs, produits laitiers

TABLETTE INFÉRIEURE
Viande crue, volaille et fruits de mer. **ASTUCE :** Les conserver sur des plateaux ou dans des contenants hermétiques pour empêcher la contamination des aliments en-dessous s'il y a dégât.

CONTRÔLE DU MÛRISSEMENT
Certains aliments dégagent un gaz appelé éthylène qui accélère le mûrissement. Pour éviter de faire mûrir prématurément certains aliments, conservez ceux qui produisent de l'éthylène dans un sac partiellement fermé, à l'écart de ceux qui sont déjà mûrs. **Les fruits et légumes qui dégagent beaucoup d'éthylène** sont les pommes, les bananes, les kiwis, les tomates et les avocats.

BIEN CONNAÎTRE LES ZONES DE CONSERVATION DU RÉFRIGÉRATEUR PERMET DE MIEUX CONSERVER VOS ALIMENTS.