

CÓMO ORGANIZAR LA NEVERA



Compruebe que la temperatura de la nevera es la adecuada para el tipo y la cantidad de alimentos



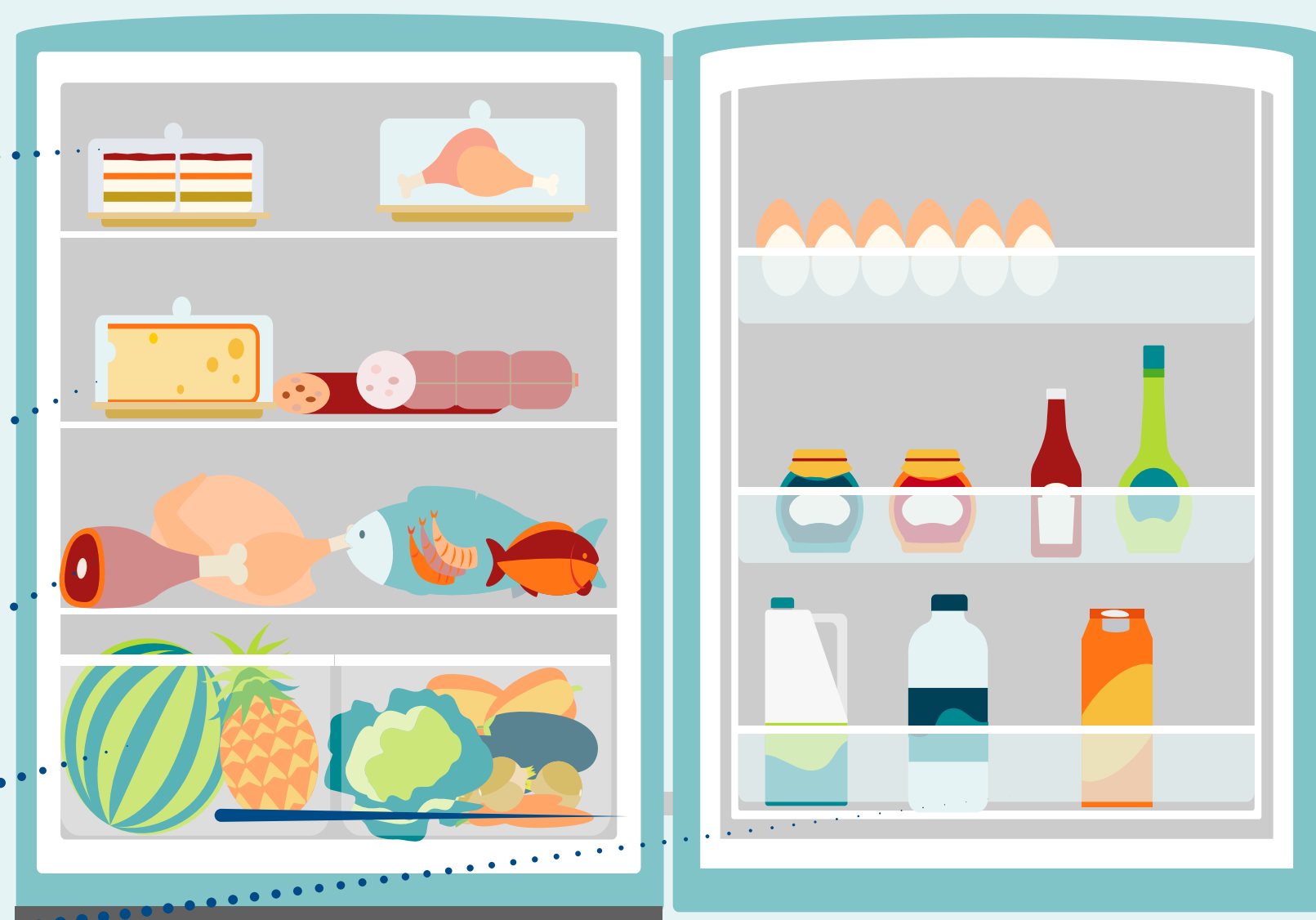
Se almacenan alimentos que requieren menos refrigeración, como los alimentos **envasados y listos para consumir**.

Alimentos que tengan en la etiqueta el mensaje «Una vez abierto, consérvase en frío». En esta zona suelen ir los **lácteos y embutidos**

Es la zona más fría. Es para los alimentos que necesitan temperaturas más bajas, como el **pescado y la carne**

Se recomienda situar las **frutas y verduras** en el cajón de la nevera.

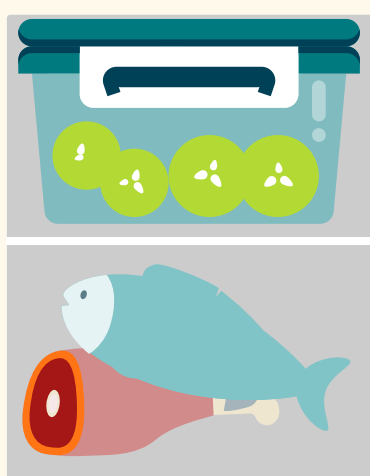
En la puerta se recomienda poner **los huevos, las mermeladas, las salsas y las bebidas**.



Es importante recordar



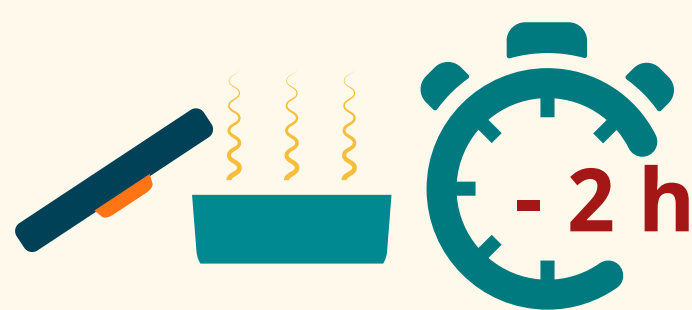
Separe los alimentos **crudos de los cocinados** conservándolos en recipientes separados y limpios para evitar contaminaciones cruzadas.



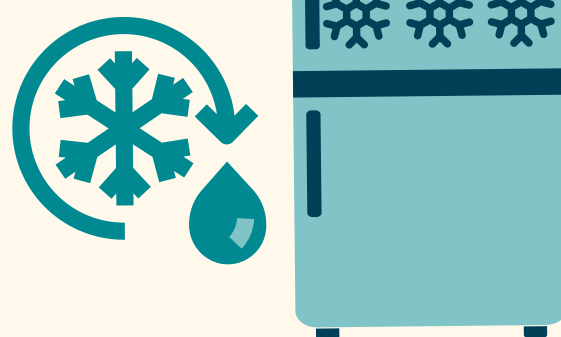
Coloque las **carnes y pescados crudos** **debajo** de los estantes de los alimentos cocinados y listos para consumir.



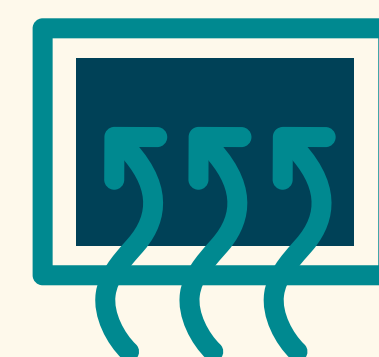
Sitúe **delante** los alimentos que se han de **consumir antes**.



Deje enfriar los alimentos calientes un **máximo de 2 horas** antes de meterlos en la nevera.



Descongele los alimentos en los **niveles inferiores** de la nevera



No cargue la nevera de alimentos en exceso porque limita la libre **circulación de frío** en su interior.



Limpie la nevera a fondo **al menos una vez al mes**.



Limpie de inmediato posibles derrames de jugos, ya que pueden provocar contaminaciones cruzadas con otros alimentos.



Lea las etiquetas para conocer las condiciones de conservación de cada alimento y las fechas de caducidad o de consumo preferente.



Conselleria de Salut

Direcció General de Salut Pública

Servei de Seguretat Alimentària - www.seguretatalimentaria.caib.es

