

¿Cómo almacenar de forma correcta mis alimentos en el refrigerador?

ORGANIZACIÓN



ALMACENAMIENTO

Use bolsas o envases herméticos para guardar carnes, pescado, alimentos preparados y quesos.

LIMPIEZA

Deseche los alimentos en mal estado y limpie el refrigerador al menos 1 vez a la semana. Si existen derrames de algún alimento, limpie inmediatamente para evitar proliferación bacteriana y malos olores.

CONGELACIÓN

Almacene los alimentos a congelar en recipientes y etiquete con la fecha de congelación. Al descongelar alimentos, es mejor planear con anticipación y descongelarlos en el refrigerador. Una vez descongelados los alimentos no se recomienda volver a congelarlos.

Referencias: