

# Zamrażanie

Dodany przez amif

## jak najlepiej zamrażać

Zamrażaj szybko, ponieważ tylko wtedy produkty zachowają najwięcej wartości odżywczych. Nie zamrażaj produktów po raz drugi. Torebki i pojemniki na mrożonki powinny być szczelne i wykonane tylko z materiałów do tego przeznaczonych.

Czas przechowywania zależy od rodzaju produktu:

ryby, wędlina, gotowe potrawy i ciasta &#8211; 6 miesięcy

sery, drób, mięso &#8211; 8 miesięcy

warzywa i owoce &#8211; 12 miesięcy

