



# FUNDACIÓ BANC DELS ALIMENTS

Per a la lluita contra la fam.

Motors, 122  
08040 BARCELONA  
Tel. 93 346 44 04 Fax 93 346 69 03  
E-mail: info@bancdelsaliments.org

## CONSERVACIÓ D'ALIMENTS

### REFRIGERACIÓ

Conservar a baixa Temperatura ( $T^a$ ) però superior a  $0^{\circ}\text{C}$ . A aquesta  $T^a$  els microorganismes estan vius però el seu desenvolupament és menor o no es produeix i es comencen a multiplicar quan s'escalfa l'aliment.

### REFRIGERACIÓ DOMÈSTICA

**A nevera :**  $2^{\circ}\text{C}$  a la zona superior i  $8^{\circ}\text{C}$  en zona inferior (cubetes i contraporta)

<b>Carn crua :</b> 4-5 dies <b>Peix fresc :</b> 2 dia <b>Carn cuita, peix cuït i restes :</b> 1- 2 dies <b>Llet pasteuritzada oberta :</b> 2-3 dies <b>Postres casolans :</b> 2-3 dies <b>Verdura cuïta :</b> 2-3 dies <b>Ous :</b> 3 setmanes <b>Nata fresca, iogurt, margarina, mantega, formatge fresc :</b> porten data de caducitat <b>Pastissos o pasta fresca :</b> 1 dia <b>Productes càrnics :</b> 3 dies <b>Peix fumat :</b> 3 setmanes	<b>Fruita y Verdura :</b> nevera +/- $8^{\circ}\text{C}$ de 2-7 dies <b>Verdura fulla verda :</b> 2-3 dies <b>Maduixes, cireres, figues :</b> 2-3 dies <b>Albergínia, pastanaga, tomàquet :</b> 3-5 dies <b>Albercoc, plàtan, préssec:</b> 3-5 dies <b>Raïm, pruna, pera :</b> 3-5 dies <b>Poma, meló, taronja, pinya :</b> 6-8 dies <b>Formatge fresc envasat :</b> 3 setmanes <b>Formatge fresc al tall :</b> 1 dia <b>Plats preparats :</b> 2-3 dies <b>Pasta fresca, pizzes :</b> 3 setmanes <b>Semi-conserves :</b> més de 6 mesos
---	--

### CONGELACIÓ

Baixar a Teoria de  $-20^{\circ}\text{C}$  al nucli de l'aliment. A aquesta  $T^a$  els microorganismes no es desenvolupen. Es limiten les reaccions químiques i enzimàtiques. Si els aliments estan diversos mesos en congelador, disminueix el seu contingut en vitamines i els greixos tendeixen a ranci. Si és possible coure sense descongelar.

Descongelar a la nevera (no a  $T^a$  ambient) i coure tot seguit. També descongelar al microones que és molt ràpid. Peces grans de carn o peix: descongelar sobre reixeta que evita contacte amb el líquid que deixa anar que serà caldo de cultiu dels microorganismes.

**Plats congelats i gelats :** més de 6 mesos

### CONSERVACIÓ FORA DE NEVERA

<b>Pa:</b> a $T^a$ ambient: 1 dia <b>Galetes:</b> a lloc fresc i sec: + de 6 mesos <b>Aperitius secs:</b> a lloc fresc i sec: + de 6 m. <b>Xocolata:</b> a lloc fresc i sec: més de 6 mesos <b>Cervesa:</b> a lloc preservat de la llum: 3 mesos <b>Llet i sucs esterilitzats:</b> a $T^a$ ambient: 3 mesos	<b>Embotits secs:</b> a lloc fresc, sec i airejat: més de 6 mesos <b>Arroz, pasta:</b> a lloc sec i sense llum : més de 6 m. <b>Té, cafè, cacau:</b> a lloc sec i sense llum: més de 6 mesos <b>Llaunes i conserves:</b> a lloc sec (els envasos de vidre, sense llum) : més de 6 mesos
--	--