

# VODIČ ZA ČUVANJE NAMIRNICA U HLADNJAKU

VOĆE	ČUVANJE	ZAMRZIVAČ
Jabuke	Nemojte ih čuvati u plastičnoj ambalaži. Ako ih perete, obrišite ih prije pohrane.	Da. Izrežite ih na komadiće, dodajte malo limunovog soka ili napravite pire.
Avokado	Čuvajte na sobnoj temperaturi. Kada sazrije, čuvajte u hladnjaku.	Ne.
Banane	Čuvajte na sobnoj temperaturi.	Da. Prije pohrane uklonite koru.
Bobičasto voće (borovnice, maline, jagode itd.)	Čuvajte u hermetički zatvorenoj posudi u hladnjaku. Obavezno uklonite meke ili pljesnive bobice. Operite ih neposredno prije jela.	Da. Operite i osušite, a zatim zamrznite na papiru za pečenje te pohranite u posudu ili vrećicu.
Citrusi (naranče, limun, limeta, grejp)	Čuvajte u hladnjaku.	Da. Napravite sok i zamrznite u malim staklenkama ili posudama za kocke leda. Zamrznuto koristite za svoje omiljene smoothie kombinacije.
Grožđe	Operite i osušite prije pohrane u hladnjak. Odstraniti ono koje je mekano ili pljesnivo.	Da. Uklonite stabljike, zamrznite na papiru za pečenje, a zatim prebacite u posudu ili vrećicu za zamrzavanje.
Dinje	Čuvajte na sobnoj temperaturi i nakon što dozriju brzo pojedite ili pohranite izrezane na komade u hladnjak. Tako pohranjene konzumirajte u roku od dva dana.	Da. Izrežite na kockice, zamrznite na papiru za pečenje te zatim prebacite u posudu ili vrećicu za zamrzavanje.

# VODIČ ZA ČUVANJE NAMIRNICA U HLADNJAKU

VOĆE	ČUVANJE	ZAMRZIVAČ
Kruške	Čuvajte na sobnoj temperaturi dok ne sazriju, a zatim prebacite u hladnjak.	Da. Izrežite na komade, dodajte malo limunovog soka ili napravite pire.
Koštuničavo voće (breskve, šljive, marelice itd.)	Čuvajte na sobnoj temperaturi dok ne sazrije, a zatim prebacite u hladnjak.	Da. Izrežite na kockice, zamrznite na papiru za pečenje, a zatim prebacite u posudu ili vrećicu za zamrzavanje.
Rajčice	Zrele čuvati na sobnoj temperaturi do 3 dana.	Da. Napravite pire i ulijte u male staklenke ili posude za kocke leda te imajte spremno za uporabu u juhama i varivima.