

# LA NEVERA SOLIDÀRIA

## RECOMANACIONS EN SEGURETAT ALIMENTÀRIA

Respecta els productes que hi ha a la nevera i ajuda a mantenir-hi l'ordre i la neteja.

Assegura't de tancar bé la porta. Ha d'estar oberta el mínim de temps possible.

### SI DIPOSITES ALIMENTS

- 1 Posa només el que tu consumiries.
- 2 Tingues cura de la higiene i la temperatura dels productes durant la preparació i el transport fins a la nevera.
- 3 Ajuda a mantenir-hi l'ordre i col·loca els aliments a les prestatgeries o els calaixos seguint les instruccions que trobaràs a la nevera.
- 4 No posis a la nevera productes:
  - Amb la data de **caducitat superada**.
  - Conserves malmeses o amb sortida de gas o líquid.
  - Salses casolanes a base d'ou cru (maionesa, allioli, etc.).
  - Menjars cuinats fa més de tres dies.
  - Menjar calent. S'hi ha de desar refrigerat o congelat.
  - Carn de caça, musclos (i altres mol·luscs bivalves) i bolets que no hagin adquirit en un comerç.
- 5 Els aliments han d'estar ben protegits (tapats) en l'envàs original o un de nou, i han d'indicar la data de caducitat o de consum preferent.
- 6 Els plats cuinats a casa o en un establiment al detall han d'indicar el nom del producte i el dia de l'elaboració.



### SI AGAFES ALIMENTS

- 1 Pensa en els altres; agafa només el que necessitis.
- 2 Si pateixes alguna **intolerància o al·lèrgia alimentària**, agafa només els productes etiquetats i revisa els ingredients.
- 3 Porta els aliments a casa tan ràpid com puguis i guarda'ls refrigerats o congelats.
- 4 Procura consumir en el mateix dia els aliments cuinats i els que estan a punt de caducar.
- 5 **Reescalfa bé els aliments fins que cremin per evitar riscos microbiològics.**

