

# TRUCOS DE COCINA

## CONSERVAR LOS ALIMENTOS FRESCOS EN LA NEVERA

Muchas veces por no saber qué hacer con los sobrantes de alimentos que usamos para cocinar los terminamos desechando, cuando todavía sirven para preparaciones a futuro. Disminuye el desperdicio de alimentos, conservándolos en la nevera sin que estos se quemen, con estos pasos.



### PASO A PASO:

- 1 Separa los sobrantes de verduras, frutas, cereales o proteínas, que tengas de tus preparaciones. Si ya están cocinados espera a que se enfríen y tomen temperatura ambiente.
- 2 Coloca estos sobrantes por separado en envases o envoltorios que se puedan cerrar de hermética, como recipientes de plástico con tapa o bolsas con cierre fácil.
- 3 Introduce los recipientes en tu nevera y vuelve a usar los tiempos en un tiempo no mayor a 1 semana.

## PRODUCTOS RECOMENDADOS



Contenedores Baby  
160ml Redondo  
\$34.000 UND

[Ver más](#)



Bolsa Basura Con  
Aroma Rollo X50  
\$3.500 Paquete

[Ver más](#)



Bowl 324ml Elegante  
Blanco Corona  
\$14.900 UND

[Ver más](#)