

Bewaring Groente en Fruit

1. Koelkast: een temperatuur tussen 3 en 10° C. Boven deze temperatuur gaat de kwaliteit snel achteruit. Ideaal zijn de groentebak en/of de twee hoogste rekken.
2. Koele berging: minimum 8 en maximum 15° C. Ideaal is een te luchte kleine kelder of een te luchte donkere ruimte waar de temperatuur vrij constant koel blijft. Zorg voor een rek met schappen op verschillende hoogte. Dan kunt u producten die beter niet samen bewaard worden, van elkaar scheiden. en deze methode kost geen energie
3. Kamertemperatuur: vanaf de 12° C. Dat mag best de keuken of de woonkamer zijn, maar dan niet pal naast een warmtebron. Kamertemperatuur is nodig voor alle soorten die onderhevig zijn aan zogenaamd lage-temperatuurbederf. Bij temperaturen lager dan 12° C verliezen ze snel hun kwaliteit. Tomaten worden slap en bij aubergines komen de kelken los. pompoenen gaan sneller rotten

Verder een overzicht welke groenten en vruchten u beter niet samen met andere bewaart vanwege het ethyleenprobleem. Ethyleen is een volstrekt natuurlijk rijpingshormoon

Lijstje om te onthouden!

-
- Aardappelen: koele berging, maar niet in de buurt van citrusvruchten, uien, kaas en andere zuivelproducten.
- Aardbeien (bessen, frambozen en ander kleinfruit): koele ruimte
- Andijvie: e.d koele ruimte.
- Appels: koele ruimte maar altijd in een aparte bak (dus nooit samen met groenten of ander fruit).
- Aubergines: kamertemperatuur, nooit in de directe buurt van tomaten.
- Asperges: koele ruimte, liefst gewikkeld in een vochtige doek.
- Bananen: op een schaal bij kamertemperatuur.

Bewaring Groente en fruit

- Bladselderij: koele ruimte
- koolsoorten koele ruimte.
- Bonen (alle soorten) en doperwten: koelruimte.
- Champignons en oesterzwammen: koelkast.
- Citrusvruchten: kamertemperatuur.
- Courgettes: koele ruimte of kamertemperatuur maar niet samen met of op hetzelfde schap als tomaten.
- Kiwi: kamertemperatuur maar nooit samen met groenten of ander fruit.
- Knolgewassen: koele ruimte
- Paprika's (alle kleuren): koele berging.
- Peren: koel ruimte , maar niet samen met appels en liefst ook niet samen met groenten en kleinfruit.