



Oslo

Hvordan oppbevarer du frukt og grønt?

Temperatur

Lav temperatur forlenger oppbevaringstiden til mat. De aller fleste grønnsaker bør oppbevares i kjøleskapet. Tomat og agurk er unntak. Bananer er særlig vare for lave temperaturer, og blir fort brune hvis de oppbevares kaldere enn 10 °C. Epler og pærer kan gjerne oppbevares i kjøleskap, men klarer seg også fint i romtemperatur.

Luft

De fleste frukt og grønnsaker inneholder mye vann og mister lett fuktighet. Dette gjelder særlig gulrøtter, blomkål og brokkoli. Disse matvarene bør derfor oppbevares i emballasje som holder på fuktigheten.

Lys

Frukt og grønnsaker bør ikke utsettes for direkte lys. Dette gjelder spesielt potet, sopp og gulrot, som vil få en bitter smak eller misfarges hvis de får lys på seg. Dette er særlig viktig for poteter, de skal oppbevares mørkt og kjølig for å hindre utvikling av giftstoffer. Grønne poteter må kastes.

Hold avstand!

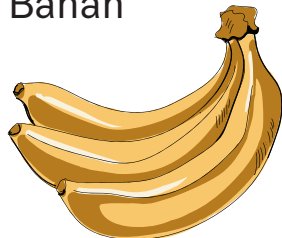
Frukt som modnes, deriblant tomat og eple, produserer stoffet etylen, og bør ikke lagres sammen med andre fruktslag eller grønnsaker. Moden og umoden frukt bør heller ikke oppbevares sammen.

Romtemperatur



Tomat

Banan



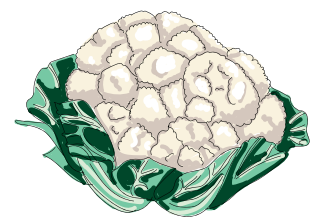
Agurk

Gjør deg kjent med de forskjellige sonene i kjøleskapet

Kjøleskap



Gulrot



Blomkål



Brokkoli



Sopp



Potet