Congélateur anti-gaspi

Aliments à sauver au congélateur. Voici quelques repères pratiques (à -18°C)

Pour prolonger la vie des aliments proches de la date limite!

Aliment	Durée de conservation conseillée
Pain	3 mois
Viandes crues (bœuf, porc)	6 à 8 mois
Viandes hachées crues	3 mois
Volaille crue	6 mois
Poisson maigre (cabillaud)	6 mois
Poisson gras (saumon)	3 mois
Fruits épluchés	8 à 12 mois
Légumes blanchis	8 à 12 mois
Plats cuisinés	2 à 3 mois
Fromages râpés	2 mois
Lait/crème	1 mois (bien mélanger après)
Herbes fraîches hachées	6 mois