

## I CONSIGLI DI FEDERCONSUMATORI FVG: IGIENE DOMESTICA

Per evitare che gli alimenti si deteriorino velocemente o vadano incontro ad alterazioni presta particolare attenzione a:

1. **Mantenere un'adeguata igiene dei locali e delle attrezzature:** ambienti e attrezzature pulite (es. frigoriferi, freezer, microonde, forno) sono alla base di una buona conservazione degli alimenti.
2. **Organizzare accuratamente dispensa e frigoriferi:** ricordati di ordinare la dispensa mettendo gli alimenti in ordine rispetto alla loro scadenza, di mantenere visibili gli alimenti già aperti e di collocare gli alimenti deperibili nei frigoriferi rispettando la suddivisione in base alle temperature garantite nei vari ripiani o scompartimenti del dispositivo.
3. **Separare e proteggere degli alimenti:** usa contenitori, pellicole o materiali per alimenti per proteggere i prodotti, le preparazioni e gli avanzi.
4. **Prestare attenzione alla cottura dei prodotti:** prodotti mal cotti o bruciati finiscono sempre nel cestino dei rifiuti.
5. **Conservare alle giuste temperature:** alcuni alimenti possono essere conservati a temperatura ambiente mentre altri devono sottostare a regimi di temperatura controllati per garantirne la conservabilità. Controlla sempre il funzionamento dei dispositivi e ricorda che se gli alimenti subiscono abusi termici la data di scadenza può variare rispetto al dichiarato.
6. **Scongela e raffredda correttamente:** evita che gli alimenti in queste fasi stiano a temperatura ambiente (condizione ottimale di proliferazione batterica causa di alterazione e rischio sanitario). Scongela gli alimenti utilizzando frigoriferi e microonde. Dopo la cottura, se l'alimento non deve essere consumato immediatamente, raffreddarlo velocemente (meglio se entro due ore dalla cottura) porzionandolo e immergendo il contenitore in acqua fredda o in acqua e ghiaccio.
7. **Prestare attenzione alla gestione dei rifiuti:** gli scarti alimentari e gli imballi possono rappresentare una fonte di contaminazione degli alimenti tale da renderli inutilizzabili.