

Cada coisa em seu lugar

ACREDITE, EXISTE UM LUGAR CERTINHO NA SUA GELEADEIRA PARA CADA COISA QUE VEM DO SUPERMERCADO OU DA FEIRA

PORTA

Por ser um local que sofre muita variação de temperatura, aqui devem ficar alimentos que não se modifiquem por causa disso: garrafas e latas de sucos e refrigerantes, molhos e conservas, como palmito, ketchup, maionese e geleias.



CONGELADOR

Lugar das comidas prontas ou alimentos que precisam de mais conservação, como carnes. Aqui também é onde devemos armazenar o leite materno. “Uma sugestão é usar os saquinhos para congelar, próprios para isso, pois ocupam menos espaço e são mais práticos e higiênicos por serem descartáveis”, explica Li Saito, Baby Planner pelo Instituto Mãe, mãe da Sofia, Elisa e Giovanna. Anote a data de tudo que for congelar e olho no prazo!

GAVETA OU PRATELEIRA SUPERIOR

Tudo o que precisa ser conservado em temperaturas mais altas, como carnes, frios, ovos e derivados de leite, pois estragam com facilidade.



PRATELEIRA DO MEIO

Comidas prontas e frutas já cortadas. “A temperatura certa impede que esses alimentos estraguem”, explica Kalinka Carvalho, personal organizer, filha de Inaldo e Alenir.



POTE, POTÃO, POTINHO

SEPARAR, ARMAZENAR, TAMPAR E PRESERVAR POR UM BOM TEMPO



Basic Line,
Tupperware R\$ 29,00
tupperware.com.br



Murano,
Tupperware R\$ 79,00
tupperware.com.br



Potes King La Cuisine 4 peças,
Sunrise, R\$ 129,99
shoptime.com.br



Potes Classic Redondo,
Plásticos MB, R\$ 29,90
soubarato.com.br



Conjunto hermético,
Hercules, R\$ 39,99
soubarato.com.br