

BEWAARADVIEZEN

VOOR GROENTE EN FRUIT

HOE BEWAAR JE EEN ANANAS?

Een ananas bewaar je het beste op **kamertemperatuur**. Het lekkerst is hij als de groene blaadjes makkelijk loslaten en het kontje ligt in te drukken is. Je kan met de rijpheid spelen:

Rijper en geler?	Maak hem warm (kamertemperatuur)
Rijpheid gelijk houden?	Bewaar hem op 12 tot 14 graden
Rijpingsproces remmen?	Bewaar hem koel (koelkast/kelder)



HOE BEWAAR JE EEN APPEL?

Een appel bewaar je in de **koelkast**. Is deze niet aanwezig? Bewaar ze dan zo koel en donker mogelijk in een ademende ruimte bijvoorbeeld de kelder of hal. Haal de overrijpe appels er tussen uit om te voorkomen dat andere appels te snel rijpen.



HOE BEWAAR JE EEN BANAAN?

Bananen bewaar je op **kamertemperatuur**. Je kan met de rijpheid spelen;

Rijper en geler?	Maak hem warm (kamertemperatuur)
Rijpheid gelijk houden?	Bewaar hem op 12 tot 14 graden
Rijpingsproces remmen?	Bewaar hem koel (koelkast/kelder)



HOE BEWAAR JE EEN CITRUSVRUCHT?

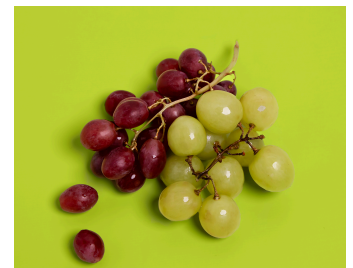
(MANDARIJN, SINAASAPPEL, MINEOLA EN BLOEDSINAASAPPEL)

Citrusvruchten bewaar je op een **donkere en koele plaats**. Denk aan de hal of een kelder. In de koelkast kan ook maar dan wordt de schil van de vrucht na enkele dagen droger (de koelkast onttrekt vocht). De vrucht blijft overigens wel weken goed in de koelkast!



HOE BEWAAR JE DRUIVEN?

Druiven kan je het beste in de **koelkast** bewaren, omdat ze langer vers blijven bij lage temperaturen. Bewaar ze in een open plastic zak of een geperforeerde bak om vochtophoping te voorkomen. Zo blijven druiven ongeveer een week goed. Let erop dat ze niet in direct contact komen met andere vruchten, omdat dit hun houdbaarheid kan verkorten.



BEWAARADVIEZEN VOOR GROENTE EN FRUIT

HOE BEWAAR JE EEN KIWI?

Kiwi's kan je bewaren op **verschillende plekken**. Het is qua rijpheid een lastige vrucht dus voel goed of ze iets meegeven bij het indrukken, want dan zijn ze het lekkerst!

- Iets te hard? Bewaar ze op kamertemperatuur
- Precies goed? Bewaar ze koel en donker (12 graden)
- Te zacht? Bewaar ze in de koelkast



HOE BEWAAR JE MELOENEN?

(GALIA MELOEN, WATERMELOEN EN CANTALOUPE)

Meloenen bewaar je op een **koele en donkere plaats**, maar niet de koelkast. Ze blijven het stabielst bij een temperatuur van 12 graden. Je kan met de rijpheid spelen;

- Iets te hard? Bewaar ze op kamertemperatuur
- Precies goed? Bewaar ze koel en donker (12 graden)
- Te zacht? Bewaar ze in de koelkast



HOE BEWAAR JE EEN PEER?

Een **donkere en koele plaats** is het meest geschikt voor een peer. Denk aan de hal of kelder. Je kan met de rijpheid spelen;

- Iets te hard? Bewaar ze op kamertemperatuur
- Precies goed? Bewaar ze koel en donker (12 graden)
- Te zacht? Bewaar ze in de koelkast



HOE BEWAAR JE STEENFRUIT?

(PERZIKEN, NECTARINES, PRUIMEN ETC.)

Steenfruit kan je het allerbeste bewaren in de **koelkast**. Als die niet aanwezig is dan zo koel mogelijk. Wij leveren ze eetbaar aan dus consumeer de zo snel mogelijk.



BEWAARADVIEZEN VOOR LUNCHGROENTE

HOE BEWAAR JE EEN (MINI-)KOMKOMMER?

(Mini-)komkommers kan je beter niet in de koelkast bewaren, omdat ze niet tegen kou kunnen en snel slap worden. Bewaar ze op een **donkere, koele plek** zoals de hal of kelder. Komkommers blijven ongeveer een week goed, maar bij temperaturen boven 15 graden verkleuren en verslappen ze snel.



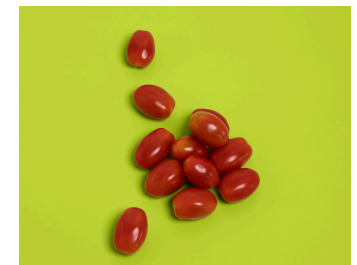
HOE BEWAAR JE EEN (SNACK)PAPRIKA?

Bewaar je (snack)paprika's niet in de koelkast bewaren, want ze kunnen niet goed tegen de kou. De kou verstoort het rijpingsproces waardoor ze verschrompelen en hun kwaliteit verliezen. Bewaar ze daarom op een **donkere en koele plaats**. Denk aan de hal of een kelder.



HOE BEWAAR JE (SNACK)TOMATEN?

(Snack)tomaten bewaar je het beste op een **donkere en koele plaats**, denk aan de hal of een kelder, maar niet in de koelkast. (Snack)tomaten kunnen niet goed tegen de kou. De kou verstoort het rijpingsproces waardoor ze verschrompelen en hun kwaliteit verliezen.



HOE BEWAAR JE SNACKWORTELS?

Op school kun je snackwortels het allerbeste bewaren in de **koelkast**. Als die niet aanwezig is dan zo koel mogelijk. Wij leveren ze eetbaar aan, dus zorg dat je op tijd eet dan zijn ze het lekkerst!

