

FÖRVARA

Resursklok i köket är att tillaga, handla och förvara på rätt sätt. Små förändringar kan ge både godare och roligare mat, och bidra till en bättre miljö!

**Resurs-
klokt!**

Övermogen frukt?
Tärna, frys in och
använd till
smoothies.

Tomat, äpple och lök avger
en gas som får annan frukt
och grönsaker att mogna,
eller bli övermogna,
snabbare.

Mjolk, grädde, kvarg,
färdiga soppor och såser
går jättebra att frysa in,
kanske i iskubslador,
och använda i
matlagning.

Ta fram den frysta
maten i god tid och
tina den i kylan, så
sparar du el och miljö.

LITE OST
KVAR? RIV
OCH FRYS!

4°

Förvara mejerivarorna
ner mot fyra grader,
så håller de längre.

Bäst före-
datumet är
bara en
vägledning,
kolla lukt
och smak.

På www.arla.se/resursklok finner du fler smarta mattips samt en säsongsguide som visar vilka råvaror som är i säsong just nu!