

# Koelkastplanner

AL JE VOEDING OP HET JUISTE PLEKJE!

## HET BOVENSTE COMPARTIMENT

In het bovenste vak van de koelkast is het iets warmer (omdat koude daalt). Hier leg je voedingsmiddelen die wel koel bewaard moeten worden, maar het ook niet té koud moeten hebben. Hier horen dus conserven, gebak, beleg en zuivelproducten thuis.

## HET MIDDEN VAN DE KOELKAST

Dit deel van de koelkast reserveer je voor voorgerepte maaltijden en voedingsmiddelen die koel bewaard moeten worden na het openen. Denk maar aan een geopend pakje kaas of aangesneden worst.

## DE DEUR VAN DE KOELKAST

De deur van de koelkast is de minst koude zone. Hier bewaar je dus voedingsmiddelen die minder koel moeten staan. Denk aan boter, sausjes, mayonaise en mosterd. Het onderste compartiment kun je voorzien voor flessen, melk, oliën,...

## HET ONDERSTE COMPARTIMENT

Vlak boven de groentelade bevindt zich het koudste stuk van je koelkast. Die koude komt meestal uit de achterwand. Hier leg je vis, vlees, zeevruchten en gevogelte.

## DE GROENTELADE

In de groentelade bewaar je - hoe kan het ook anders - je fruit, groenten en salades.

## EN DIT HOORT NIÉT IN DE KOELKAST...

chocolade, eieren, ui, knoflook, aardappelen, brood en tomaten.

