



BIEN CONSERVER LES FRUITS ET LEGUMES

Les fruits et légumes sont les produits les plus gaspillés en France, d'où l'intérêt de connaître les astuces pour les garder frais plus longtemps.

L'une des meilleures techniques pour conserver les légumes plus longtemps est d'éviter le contact avec les fruits. En effet, de nombreux fruits tel que la banane, la pomme, le kiwi, la poire... sont des fruits climactériques, c'est à dire qu'ils rejettent un gaz nommé éthylène, qui va accélérer le murissement des légumes avoisinants.

Tous les légumes ne se conservent pas dans le frigo ! Tomates, concombres, avocats, aubergines, courges et autres potimarrons seront à leur aise dans un panier à température ambiante.

