

Groente bewaarkaart

Aubergine



Kamertemperatuur of berging (10 à 15°)



3 à 7 dagen



Dek ze af tegen uitdroging



2 minuten blancheren of kort bakken

Avocado



Berging (10 à 15°) om verder te rijpen



1 à 6 dagen



Leg ze in de ijskast indien ze reeds rijp zijn!



Snij doormidden, verwijder pit en plaats in een luchtdicht zakje

Bloemkool



Ijskast



3 à 7 dagen met het loof



Bewaar in plastic zak of folie met de steel naar beneden



3 minuten blancheren

Boontjes



Ijskast



3 à 4 dagen



Bewaar in open plastic zak



2 minuten blancheren

Broccoli



Ijskast



5 dagen



Wikkel er een geperforeerde plastic zak of folie rond



2 minuten blancheren

Champignons



Ijskast (4 à 7°)



3 dagen



Laten ademen en weghouden van sterk ruikende groenten



Niet ideaal

Courgette



Berging (10°)



7 dagen



Houdt niet van koude



2 minuten blancheren

Gember



Ijskast



3 weken



Met schil, luchtdicht bewaren



In luchtdicht zakje

Komkommer



Berging of kamertemperatuur



7 dagen



Afdekken tegen uitdroging



In bereide gerechten mogelijk, anders te waterig

Paprika



Berging (12 à 15°)



7 dagen



Snij het steeltje bij om rotting te vermijden



1 minuut blancheren

Prei



Ijskast



3 weken



Afdekken en af en toe bevochtigen of ongewassen in bak grond bewaren



2 minuten blancheren

Radijs



Ijskast



5 dagen



Verwijder het loof en bewaar in afgesloten plastic folie, zak of bakje



Enkel in bereide gerechten

Selder



Ijskast (3 à 4°)



7 dagen



Wikkel de bladeren in vochtig keukenpapier



2 minuten blancheren

Sla



Ijskast



2 dagen



Maak een x inkeping in de steel en hou deze vochtig



Niet aangeraden

Spruiten



Ijskast



7 dagen



De buitenkant wordt snel geel maar deze blaadjes mag je gewoon verwijderen



3 minuten blancheren

Tomaat



Berging (12°)



7 dagen



Verliezen hun smaak in de ijskast!



Niet blancheren. Rauw (in stukjes) of als puree invriezen

Witloof



Ijskast



7 dagen



Donker bewaren in geperforeerde plastic of open papieren zak



2 minuten blancheren. Minder knapperig door invriezen.

Wortelen



Ijskast



1 à 2 weken



Loof verwijderen



2 à 3 minuten blancheren