

Ako zabezpečiť čerstvosť potravín

V CHLADNIČKE

OVOCIE

jablká, brusnice,
grapefruity,
maliny, ostružiny,
jahody, kivi,
čerešne,
avokádo,
mango,
klementínky,
mandarínky,
čučoriedky,
hrozno

ZELENINA

cvikla, brokolica,
artičoky, čili
papričky, kapusta,
špargľa, kukurica,
hrach, špenát,
pór, hlávkový šalát,
zelená fazuľka,
uhorky, rukola,
ružičkový kel,
karfiol, tekvica,
cuketa, paprika

V ŠPAJZI

cesnak, cibuľa, zemiaky, batáty

NA LINKE

marhule, banány, nektárinky,
papája, broskyne, hrušky,
ananás, slivky

Spoznajte sezónnosť ovocia a zeleniny



JAR



OVOCIE

jahody,
čerešne,
ríbezle,
rebarbora

ZELENINA

špargľa,
hlávkový
šalát, špenát,
jarné cibulky,
red'kovky



JESEŇ



OVOCIE

hrušky, jablká,
slivky, hrozno,
granátové
jablko, figy, kaki

ZELENINA

tekvica,
kapusta, karfiol,
brokolica, kel,
cvikla, petržlen,
zeler, batáty



LETO



OVOCIE

čerešne,
maliny,
čučoriedky,
slivky,
broskyne,
nektárinky,
melóny, jablká

ZELENINA

paradajky,
uhorky,
paprika, fazuľa,
kukurica,
baklažán,
cuketa,
letný šalát,
mrkva



ZIMA



OVOCIE

pomaranče,
mandarínky,
grapefruity,
citróny,
jablká, hrušky
(uskladnené)

ZELENINA

zemiaky, mrkva,
cibuľa, kel,
koreňová zelenina
(petržlen, zeler,
paštrnák),
špenát
(v skleníku),
karfiol, brokolica