

# TIPY NA ŠETRENIE ENERGIOU

- Spotrebič namontujte do suchej a dobre vetranej miestnosti v dostatočnej vzdialenosti od tepelných zdrojov (napr. radiátor, šporák a pod.) a na miesto, ktoré nie je vystavené priamemu slnečnému svetlu. V prípade potreby použite izolačnú dosku.
- Aby ste zabezpečili dostatočné vetranie, na oboch stranách spotrebiča a nad ním ponechajte voľné miesto. Vzdialenosť medzi zadnou stenou spotrebiča a stenou za ním by mala byť 50 mm. Pri menšej vzdialenosti sa zvýši spotreba energie.
- Nedostatočné vetranie za výrobkom zvyšuje spotrebu energie a znižuje účinnosť chladenia.
- Vnútorne teploty spotrebiča môže ovplyvňovať teplota prostredia, frekvencia otvárania dverí, ako aj umiestnenie spotrebiča. Teplotu treba nastaviť vzhľadom na tieto faktory.
- Pred vložením potravín do spotrebiča ich nechajte vychladnúť.
- Ventilátor neblokujte potravinami.
- Po vložení potravín skontrolujte, či sa dvierka priestorov správne zatvárajú. Platí to najmä o dvierkach mrazničky.
- Otváranie dverí obmedzte na minimum.
- Pri rozmrazovaní vložte potraviny do chladničky. Nízka teplota zmrazených potravín ochladí jedlo v chladničke.
- Pri spotrebičoch so špeciálnymi priehradkami (na čerstvé potraviny, box na nula stupňov, ...) ich možno vybrať, ak sa nepoužívajú.
- Poloha políc v chladničke nemá vplyv na úsporu energie. Potraviny kladte na police tak, aby sa zabezpečila adekvátna cirkulácia vzduchu (potraviny by sa nemali navzájom dotýkať a mal by byť priestor medzi nimi a zadnou stenou).
- Úložnú kapacitu pre zmrazené potraviny môžete zvýšiť tak, že odstránite klapku a/alebo kôš (podľa opisu spotrebiča), pričom energetická úspora sa nezmení.
- Kondenzátor (cievka v zadnej časti spotrebiča) by sa mala pravidelne čistiť.
- Poškodené alebo netesné tesnenia je potrebné vymeniť čo najskôr.

## TIPY NA SKLADOVANIE POTRAVÍN

### ODDELENIE CHLADNIČKY

Oddelenie chladničky je ideálne miesto pre hotové, čerstvé a zavárané jedlá, mliečne produkty, ovocie, zeleninu a nápoje.

#### Vetranie

- Prirodzená cirkulácia vzduchu v chladničke má za následok zóny s rôznymi teplotami. Najchladnejšie je hneď nad zásuvkou na ovocie a zeleninu a pri zadnej stene. Najteplejšie je v prednej hornej časti chladničky.
- Pri nedostatočnej ventilácii dochádza k zvýšeniu spotreby energie a zníženiu chladiaceho výkonu.

#### Ako skladovať čerstvé jedlo a nápoje

- Vďaka kontrole vlhkosti v chladničke môžete skladovať potraviny aj bez balenia.

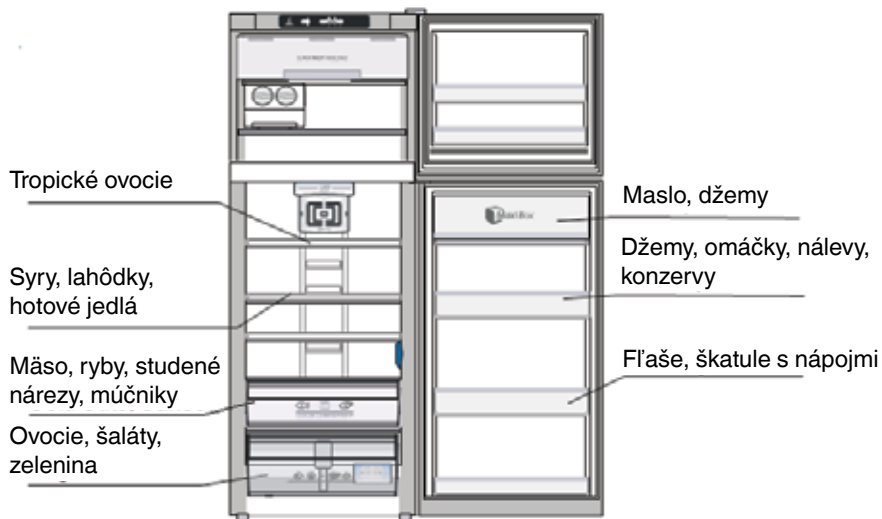
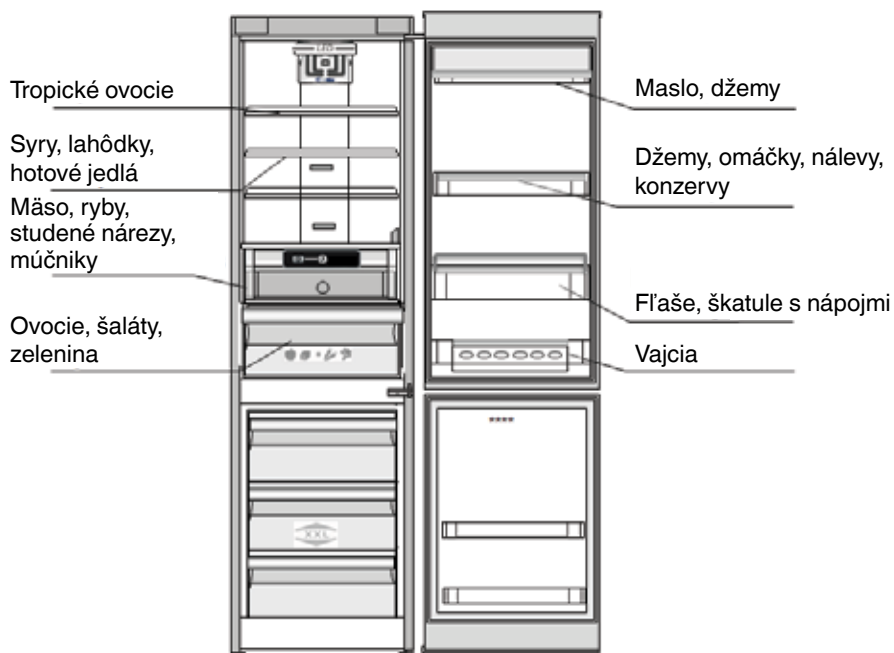
- Ak jedlo radšej balíte, používajte recyklovateľné plastové, kovové, hliníkové a sklenené nádoby alebo plastovú fóliu.
- Tekutiny a potraviny vydávajúce silný pach alebo náchylné na absorpciu pachov vždy skladujte v uzatvorených nádobách alebo ich prikryte.
- Potraviny vydávajúce veľké množstvá etylénového plynu a tie, čo sú naň citlivé (napr. ovocie, zelenina, šaláty) by mali byť vždy oddelené alebo zabalené, aby sa neskrátila ich životnosť pri skladovaní. Napríklad neskladujte paradajky spolu s kiwi alebo kapustou.
- Potraviny neskladujte príliš blízko pri sebe, aby sa zabezpečila dostatočná cirkulácia vzduchu.
- Aby ste sa vyhli prevrhnutiu fliaš, môžete použiť držiak na fľaše (dostupný pre niektoré modely).
- Ak v chladničke skladujete malé množstvo potravín, odporúčame použiť poličky nad zásuvkou pre ovocie a zeleninu, pretože je to najchladnejšia oblasť chladničky.

# TIPY NA SKLADOVANIE POTRAVÍN

## Kde skladovať čerstvé jedlo a nápoje

- Na policiach chladničky: hotové jedlá, tropické ovocie, syry, lahôdky.
- V najchladnejšej oblasti (nad zásuvkou na ovocie a zeleninu): mäso, ryby, studené nárezy, múčniky.
- V zásuvke na ovocie a zeleninu: ovocie, šaláty, zeleninu.
- Na dverách: maslo, džemy, omáčky, nálevy, konzervy, fľaše, škatule s nápojmi, vajcia.

## Príklad skladovania jedla:



# TIPY NA SKLADOVANIE POTRAVIN

V mrazničke môžete skladovať mrazené potraviny, vyrábať ľadové kocky a mraziť čerstvé potraviny.

Maximálny počet kilogramov čerstvých potravín, ktoré možno zmraziť počas 24 hodín, je uvedený na výrobnom štítku (...kg/24h).

Ak máte v mrazničke malé množstvo potravín, odporúčame používať jej najchladnejšie oblasti, ktoré sú v hornej alebo strednej oblasti v závislosti od modelu (pozrite si opis spotrebiča, kde sú znázornené oblasti vhodné na zmrazovanie čerstvých potravín).

**V tabuľke sú uvedené odporúčané časy skladovania zmrazených potravín.**

| POTRAVINY                        | ČAS SKLADOVANIA (mesiace) |
|----------------------------------|---------------------------|
| <b>Mäso</b>                      |                           |
| Hovädzie                         | 8 - 12                    |
| Bravčové, teľacie                | 6 - 9                     |
| Jahňacie                         | 6 - 8                     |
| Králik                           | 4 - 6                     |
| Sekané mäso/droby                | 2 - 3                     |
| Klobásy                          | 1 - 2                     |
| <b>Hydina</b>                    |                           |
| Kura                             | 5 - 7                     |
| Morka                            | 6                         |
| Drobky                           | 2 - 3                     |
| <b>Kôrovce</b>                   |                           |
| Kraby, homáre                    | 1 - 2                     |
| Krab, homár                      | 1 - 2                     |
| <b>Mäkkýše</b>                   |                           |
| Ustrice, vylúpnuté               | 1 - 2                     |
| Vylúpnuté krevety                | 1 - 2                     |
| <b>Ryby</b>                      |                           |
| „mastné“ (losos, sled', makrela) | 2 - 3                     |
| „chudé“ (treska, morský jazyk)   | 3 - 4                     |
| <b>Dusené mäso</b>               |                           |
| Hydina                           | 2 - 3                     |

| POTRAVINY                | ČAS SKLADOVANIA (mesiace) |
|--------------------------|---------------------------|
| <b>Mliečne výrobky</b>   |                           |
| Maslo                    | 6                         |
| Syr                      | 3                         |
| Šľahačka                 | 1 - 2                     |
| Zmrzlina                 | 2 - 3                     |
| Vajcia                   | 8                         |
| <b>Polievky a omáčky</b> |                           |
| Polievka                 | 2 - 3                     |
| Mäsová šľava             | 2 - 3                     |
| Paštéta                  | 1                         |
| Lečo                     | 8                         |
| <b>Pečivo a chlieb</b>   |                           |
| Chlieb                   | 1 - 2                     |
| Koláče (obyčajné)        | 4                         |
| Torty (pečené)           | 2 - 3                     |
| Palacinky                | 1 - 2                     |
| Nepečené zákusky         | 2 - 3                     |
| Slaný koláč              | 1 - 2                     |
| Pizza                    | 1 - 2                     |

## OVOCIE a ZELENINA

| POTRAVINY                                      | ČAS SKLADOVANIA (mesiace) |
|--|---------------------------|
| <b>Ovocie</b>                                  |                           |
| Jablká   | 12                        |
| Marhule  | 8                         |
| Černice  | 8 - 12                    |
| Čierne/červené ríbezle                         | 8 - 12                    |
| Čerešne  | 10                        |
| Broskyne                                       | 10                        |
| Hrušky   | 8 - 12                    |
| Slivky   | 10                        |
| Maliny   | 8 - 12                    |
| Jahody   | 10                        |
| Rebarbora                                      | 10                        |
| Ovocné šľavy (pomarančová, citrónová, grepová) | 4 - 6                     |

# TIPY NA SKLADOVANIE POTRAVÍN

## OVOCIE a ZELENINA

| POTRAVINY         | ČAS SKLADOVANIA (mesiace) |
|-------------------|---------------------------|
| <b>Zelenina</b>   |                           |
| Špargľa           | 8 - 10                    |
| Bazalka           | 6 - 8                     |
| Fazuľa            | 12                        |
| Artičoky          | 8 - 10                    |
| Brokolica         | 8 - 10                    |
| Ružičková kapusta | 8 - 10                    |
| Karfiol           | 8 - 10                    |
| Mrkva             | 10 - 12                   |
| Zeler             | 6 - 8                     |
| Huby (šampiióny)  | 8                         |
| Petržlen          | 6 - 8                     |
| Paprika           | 10 - 12                   |
| Hrášok            | 12                        |
| Fazuľové lusky    | 12                        |
| Špenát            | 12                        |
| Paradajky         | 8 - 10                    |
| Cuketa            | 8 - 10                    |

Odporúčame každú zmrazenú potravinu označiť názvom a dátumom. Pridaním popisu pomôžete v identifikácii potravín a budete ich môcť spotrebovať ešte pred ich pokazením.

Rozmrazené jedlo znovu nezmrazujte.

### Mrazené jedlo: tipy na nakupovanie

Pri kúpe zmrazených potravín:

- Uistite sa, že balenie nie je poškodené (mrazené potraviny v poškodenom obale môžu byť pokazené). Ak je obal nafúknutý alebo vidno vlhké miesta, potravina možno nebola skladovaná v optimálnych podmienkach a rozmrazovanie už začalo.
- Zmrazené potraviny nakupujte až ako posledné a prenášajte ich v tepelne izolovaných taškách.

501910601635