

Guida per il buon congelamento

Congelare alimenti freschi e cibi cotti è un accorgimento prezioso e sempre utile che offre molteplici vantaggi.

Con il congelamento, è possibile avere piatti già cucinati, sempre pronti da servire e risparmiare denaro, approfittando delle offerte speciali o delle primizie di stagione.

Seguendo alcuni semplici consigli, si possono conservare alimenti genuini, che mantengono integri aroma e proprietà nutritive.

- ❄ Congelare solo prodotti freschi.
- ❄ Lasciare raffreddare il cibo, prima di introdurlo nel congelatore.
- ❄ Congelare in piccole porzioni, adatte ad un solo pasto.
- ❄ Riporre gli alimenti in contenitori di buona qualità e adatti al cibo che devono contenere. Le confezioni proteggono gli alimenti dalla perdita di umidità, evitandone l'essiccazione. Ricordarsi inoltre di eliminare tutta l'aria dalle confezioni, perché funge da isolante e rallenta l'azione di congelamento.
- ❄ Assicurarsi che le confezioni di surgelati siano integre. In caso contrario il prodotto potrebbe già essere deteriorato.
- ❄ Non mettere a contatto i cibi freschi e quelli già congelati.
- ❄ Sistemare i prodotti da congelare a contatto con la griglia refrigerante o con le pareti del congelatore nel vano contrassegnato da ❄❄❄
- ❄ Rispettare la quantità massima di cibo da congelare in 24 ore, indicata sulla targhetta matricola.
- ❄ Consumare il cibo a rotazione, in modo che i prodotti che rimangono nel congelatore siano più freschi di quelli consumati.
- ❄ Rispettare i tempi di conservazione di ogni alimento.

<i>Frutta</i>	Peso	Preparazione	Durata	Grado di conservazione	Scongelamento in frigorifero
<i>A</i> bicocche	Kg 1	Sbucciare o pulire bene; tagliare a metà; snocciolare; zuccherare; precongellare (si conservano anche sotto sciroppo)	8/10 mesi	buono	10 ore
<i>F</i> ragole	Kg 1	Lavare; asciugare bene; tagliare a metà, se necessario; zuccherare; precongellare	12 mesi	ottimo	8 ore
<i>P</i> esche	Kg 1	Sbucciare o pulire bene; tagliare a metà o a piacere; snocciolare; precongellare (si conservano anche sotto sciroppo)	10 mesi	buono	10 ore
<i>U</i> va	Kg 1	Lavare; asciugare bene; sgranare; zuccherare; precongellare (si conserva anche sotto sciroppo)	10 mesi	buono	8 ore

<i>Latticini</i>	Peso	Preparazione	Durata	Grado di conservazione	Scongelamento in frigorifero
<i>B</i> urro	Kg 1/2	Separare gli eventuali tranci con fogli di carta plastificata	10 mesi	ottimo	8 ore
<i>F</i> ormaggio	Kg 1	Separare gli eventuali tranci con fogli di carta plastificata	8/10 mesi	buono	8 ore
<i>P</i> anna	Kg 1	Se montata, zuccherare	3/4 mesi	soddisfacente	5 ore

Verdura

	Peso	Preparazione	Durata	Grado di conservazione
A sparagi	Kg 1	Pulire; scartare la parte fibrosa; lavare; far bollire 2-3 minuti; asciugare bene	12 mesi	ottimo
C arote	Kg 1	Pulire; scartare la parte fibrosa; lavare; tagliare secondo consumo; far bollire 2/3 minuti; asciugare bene	12 mesi	ottimo
F agioli	Kg 1	Sgranare; lavare; far bollire 2/3 minuti; asciugare bene	12 mesi	ottimo
F unghi	Kg 1	Pulire; tagliare i più grossi (è consigliabile non eseguire la bollitura)	12 mesi	ottimo
M elanzane	Kg 1	Sbucciare o pulire bene; tagliare a fette o a pezzi; immergere in acqua fredda per 3/4 minuti; asciugare bene	12 mesi	buono
P iselli	Kg 1	Sgranare; lavare; far bollire 2/3 minuti; asciugare bene	12 mesi	ottimo
P eperoni	Kg 1	Lavare; togliere il peduncolo e i semi; tagliare secondo consumo; far bollire 1 minuto; asciugare bene	12 mesi	ottimo
P rezzemolo, sedano, basilico, timo, salvia	Kg 1	Pulire; scartare i gambi più grossi e le parti fibrose; lavare; asciugare bene	12 mesi	ottimo

Carne

	Peso	Preparazione	Durata	Grado di conservazione	Scongelamento in frigorifero
M aiale arrosto	Kg 2/3	Sgrassare; disossare; tagliare nelle porzioni di consumo previste	8/10 mesi	buono	20/24 ore
M aiale cotolette	Kg 1/2	Sgrassare; tagliare nelle porzioni di consumo previste	6 mesi	buono	14/16 ore
M aiale filetto	Kg 2/3	Sgrassare; tagliare nelle porzioni di consumo previste	6 mesi	buono	14/16 ore
M aiale salsicce	Kg 1	Precongelare; fare le porzioni secondo il consumo previsto	3/4 mesi	buono	10/12 ore
M anzo bollito	Kg 2/3	Sgrassare; disossare; tagliare nelle porzioni di consumo previste	12 mesi	ottimo	18/20 ore
M anzo brasato, stracotto, ecc.	Kg 2/3	Sgrassare; disossare; tagliare nelle porzioni di consumo previste	12 mesi	ottimo	20/24 ore
M anzo filetto	Kg 2/3	Sgrassare; disossare; tagliare nelle porzioni di consumo previste	12 mesi	ottimo	18/20 ore
M anzo roast-beef	Kg 2/3	Sgrassare; disossare; tagliare nelle porzioni di consumo previste	12 mesi	ottimo	20/24 ore
V itello arrosto	Kg 2/3	Sgrassare; disossare; tagliare nelle porzioni di consumo previste	10 mesi	buono	20/24 ore
V itello cotolette, involtini, spezzatini	Kg 1/2	Sgrassare; tagliare nelle porzioni di consumo previste	8 mesi	buono	16/18 ore

Selvaggina

		Preparazione	Durata	Grado di conservazione	Scongelamento in frigorifero
C oniglio	Kg 2/3	Spellare; togliere testa, zampe e frattaglie; tagliare eventualmente nelle porzioni di consumo previste	10 mesi	buono	12 ore
G allina	Kg 1/2	Spennare; togliere la testa, zampe e rigaglie; tagliare eventualmente nelle porzioni di consumo previste	10 mesi	ottimo	12 ore
F acchino	Kg 4/6	Spennare; togliere testa; zampe e frattaglie; tagliare eventualmente nelle porzioni di consumo previste	8 mesi	ottimo	24 ore

Pesce

	Peso	Preparazione	Durata	Grado di conservazione	Scongelamento in frigorifero
L uccio	Kg 1/2	Squamare; togliere le interiora e le pinne; decapitare; pulire bene con carta da cucina	10 mesi	buono	8 ore
O rata	Kg 1/2	Squamare; togliere le interiora e le pinne; decapitare; pulire bene con carta da cucina	10 mesi	buono	6 ore
F rinca	Kg 1	Squamare; togliere le interiora e le pinne; decapitare; pulire bene con carta da cucina	8 mesi	buono	6 ore
F rota	Kg 1	Squamare; togliere le interiora e le pinne; decapitare; pulire bene con carta da cucina	8 mesi	buono	6 ore

Nova

	Preparazione	Durata	Grado di conservazione	Scongelamento in frigorifero
<i>Intere</i>	Mescolare senza sbattere l'albume e il tuorlo; precongelerare in bacinelle per il ghiaccio	10 mesi	ottimo	10/12 ore
<i>Albume</i>	Separare il tuorlo; mescolare senza sbattere; precongelerare in bacinelle per il ghiaccio	12 mesi	ottimo	10/12 ore
<i>Tuorlo</i>	Separare l'albume; mescolare senza sbattere; precongelerare in bacinelle per il ghiaccio	10 mesi	ottimo	10/12 ore

Pasticceria

	Preparazione	Durata	Grado di conservazione	Scongelamento in frigorifero
<i>Pasta frolla</i>	Secondo ricetta	3 mesi	buono	3 ore
<i>Pasta lavorata al cucchiaino</i>	Secondo ricetta	1 mesi	buono	2 ore
<i>Pasta lievitata</i>	Secondo ricetta	2 mesi	soddisfacente	3/4 ore
<i>Pasta sfoglia</i>	Secondo ricetta	1 mesi	buono	2 ore
<i>Pane</i>		2 mesi	buono	3/4 ore
<i>Pizza</i>	Secondo ricetta	3 mesi	buono	2/3 ore