

Cómo Aprovechar al Máximo tu Congelador

Esta es la mejor forma de usar tu congelador.

Junta tus bolsas para congelar, pon el alimento, aplánalo, congélalo.

No te olvides poner la fecha y lo que es.

Esto es perfecto para lo que sobre, como mariscos, salsas, sopas, nueces, pan, cosas horneadas, frutas, vegetales y carne.

Ocupan menos espacio y puedes ver todo.

También puedes congelar moldes. Guárdalos en una bolsa aplanada como antes, pero ahora tienes una porción individual cuando la necesitas.

Los alimentos pierden el sabor con el tiempo. Lo mejor es consumirlos entre 6 y 12 meses, pero checa la lista completa en [foodsafety.gov](https://www.foodsafety.gov)