

LA CONSERVATION DES LEGUMES

	Température ambiante	Réfrigérateur (6 °C)	ASTUCES
Ail	2 - 3 mois	Déconseillé	Conservez l'ail à température ambiante dans un endroit sec et bien ventilé.
Artichauts	Déconseillé	1 semaine	Pour une meilleure conservation NE retirez PAS la tige des artichauts.
Asperges	Déconseillé	3 - 4 jours	Enveloppez les asperges d'un linge humide et placez-les dans votre réfrigérateur.
Aubergines	Déconseillé	3 - 4 jours	
Avocats	Jusqu'à maturité	3 - 4 jours	A température ambiante un avocat ferme mûrit en 4 à 6 jours. Il est bon à manger lorsqu'il devient légèrement souple au toucher.
Carottes	Déconseillé	1 mois	Conservez les carottes dans un sac plastique dans le bac à légumes du réfrigérateur.
Champignons	Déconseillé	5 jours	Pour une meilleure conservation enveloppez les champignons d'un linge ou papier journal humide.
Chou-fleur / Brocoli	Déconseillé	5 jours	Pour une meilleure conservation NE retirez PAS les feuilles du chou-fleur.
Concombres	Déconseillé	1 semaine	
Courgettes	Déconseillé	1 semaine	Conservez les courgettes dans un sac plastique dans le bac à légumes du réfrigérateur.
Echalotes	1 mois	2 semaines	Conservez les échalotes dans un endroit sombre, frais, bien ventilé et sec.
Endives	Déconseillé	3 - 4 jours	Conservez les endives à l'abri de la lumière, dans un sac papier, dans le bac à légumes du réfrigérateur.
Haricots verts	Déconseillé	5 jours	Conservez les haricots verts dans un sac plastique dans le bac à légumes du réfrigérateur.
Herbes fraîches	Déconseillé	3 - 5 jours	Enveloppez les herbes fraîches d'un linge humide et placez les dans un sac plastique dans le bac à légumes du réfrigérateur. Les herbes fraîches coupées se congèlent très bien.
Oignons	2 - 3 mois	Déconseillé	Conservez les oignons dans un endroit frais, bien ventilé et sec. Ne jamais les entreposer avec des pommes de terre.
Panais	Déconseillé	2 - 3 semaines	Conservez les panais dans le bac à légumes du réfrigérateur.
Petits pois	Déconseillé	3 jours	Conservez les petits pois dans un sac plastique dans le bac à légumes du réfrigérateur.
Poireaux	Déconseillé	2 semaines	
Poivrons	Déconseillé	1 semaine	
Pommes de terre	1 -2 semaine		Pour une meilleure conservation, entreposez les pommes de terre dans un endroit sec, frais, à l'abri de la lumière et bien ventilé. Elles se conserveront plusieurs semaines. Ne jamais entreposer les pommes de terre avec des oignons.
Radis	Déconseillé	1 semaine	
Salades	Déconseillé	2 - 3 jours	Conservez la salade dans un sac plastique dans le bac à légumes du réfrigérateur.
Tomates	Jusqu'à maturité	1 semaine	