

Houdbaarheidsduur verse groenten en fruit

Product	Maximale houdbaarheidsduur		
	Voorraadkast	Koelkast	Vriezer
Verse bladgroenten (sla, andijvie, spinazie)	-	2 - 5 dagen	-
Sperziebonen, wortelen, broccoli	2 - 3 dagen	2 - 5 dagen	12 maanden*
Witlof, bloemkool	3 - 5 dagen	7 - 10 dagen	12 maanden*
Vruchtgroente (paprika, courgette, aubergine)	5 - 7 dagen	-	12 maanden*
Komkommer, tomaten	3 - 7 dagen	-	-
Aardappelen, winterpeen, koolraap, uien	Enkele weken tot 2 maanden	-	-
Klein zomerfruit (aardbeien, bramen, bosbessen)	1 dag	1 - 3 dagen	8 - 12 maanden*
Citrusvruchten	1 - 2 weken	-	-
Bananen	3 - 7 dagen	-	-
Appelen, peren	± 1 week	2 - 4 dagen	-
Tropisch fruit (meloen, kiwi, ananas, mango)	5 - 7 dagen (onrijp)	2 - 5 dagen (rijp)	3 - 12 maanden*
Steenvruchten (abrikozen, pruimen, perziken)	1 - 3 dagen (rijp) 1 week (onrijp)	5 - 7 dagen (rijp)	-

* Deze groenten eerst blancheren voor het invriezen.