Recomandări provizii pentru carantină

Gândiți-vă unde stocați aceste provizii! Dacă nu aveți frigider și congelator încăpător e mai dificil și va trebui să vă orientați spre produsele care nu necesită refrigerare/congelare sau să vă cumpărați un frigider mai mare. Este posibil să aveți deja multe produse din listele de mai jos.

- mâncare pentru bebeluși, lapte praf
- pâine cu termen lung de valabilitate (toast) sau congelată (semipreparată)
- făină și drojdie uscată (poate vreți să faceți pâine, cozonaci, pizza)
- conserve de fasole boabe, năut, linte, porumb, mazăre, ciuperci, măsline
- compoturi la borcan sau la conservă
- gemuri, dulcețuri
- conserve de pește, pate de ficat, carne
- suc și pastă de roșii
- sare, piper, condimentele preferate
- muștar, ketchup
- cafea, cacao, ceaiuri + filtre de cafea
- murături
- ulei de floarea soarelui și de măsline
- zahăr, zahăr vanilat, miere
- mălai, griș, orez
- fasole boabe uscată, linte uscată
- paste, tăieței
- cereale, nuci, alune
- biscuiți, ciocolată
- snacks – dacă nu rezistați fără ele
- lapte UHT – rezistă 6 luni la temperatura camerei
- mezeluri afumate care rezistă în cămară (cârnați, jambon, salam uscat)
- carne pentru congelat
- mezeluri pentru frigider (șuncă presată, șunculiță etc)
- unt, brânzeturi (pentru frigider)
- lactate proaspete (iaurt, sana, lapte bătut, smântână) – pentru frigider
- zarzavaturi (stau la cămară): morcovi, rădăcini de pătrunjel, păstârnac, țelină
- ceapă albă și roșie, usturoi
- cartofi
- varză, conopidă, broccoli – din păcate ocupă mult loc în frigider

- alte legume (pentru frigider): salată verde, roșii, ardei, ceapă verde, castraveți, dovlecei etc.
- fructe proaspete – acum sunt citricele în sezon, bananele, merele (stau la cămară)
- apă, sucuri, băuturi preferate
- mâncare pentru animalele de companie, granule pentru litiera pisicilor

Pe lângă alimente trebuie să ne gândim la produsele „consumabile” din casă și bucătărie precum și la cele care ne asigură igiena personală și pe cea a casei.

- săpun, șampon, pastă de dinți, deodorant, tampoane, scutece
- detergent pentru vase, bureți, lavete
- detergent pentru rufe + balsam
- soluții pentru curățat și dezinfectat pardoseli, gresie, faianță, toaletă, cadă, chiuvete
- pastile de detergent pentru mașina de vase
- șervețele, hârtie igienică, role de hârtie absorbantă
- hârtie de copt, folie alimentară de plastic, pungi alimentare, cutii de plastic cu capac
- șervețele umede antibacteriene pentru diferite suprafețe
- gel dezinfectant pentru mâini + șervețele umede
- spirt sanitar (deși se pare că virusul corona rezistă la el și este sensibil la produsele cu clor)
- bandaje, plasturi
- lanterne, baterii de diverse tipuri, lumânări
- reșou cu butelie de gaz sau pastile speciale
- trusă de scule
- un plin de combustibil (nu pentru plimbare ci pentru urgențe)

Din toate aceste provizii veți putea găti niște mâncăruri delicioase dacă alegeți să urmați rețetele noastre de pe Savori Urbane – **vezi aici**.

Vă dorim multă sănătate!

SPĂLAȚI-VĂ PE MÂINI TEMEINIC ȘI DES ȘI STAȚI ACASĂ!

FOR THOSE ABOUT TO COOK, WE SALUTE YOU!

SAVORI URBANE

RETETE CULINARE SIMPLE, EXPLICATE PAS CU PAS

savoriurbane.com