



冷蔵庫収納のコツ



道具を使って、まとめて・立てて

「使いかけの野菜はカゴにまとめる」



野菜室の上段は、ちいさいものや傷みやすい野菜の優先席にしましょう。野菜室の上段は「上に重ねない」が鉄則です。



使いかけの野菜はカゴにまとめて上段に入れておくと、目につきやすくなって、使い忘れが防げますよ。



野菜室の下段には、大きいものや日持ちしやすい野菜を収納しましょう。深さのあるカゴを使うと収納しやすくなります。



「葉物野菜は立てて収納を！」



葉物野菜などは、野菜室の手前に立てて収納しましょう。野菜は育った環境に近い方が、ストレスがかからず、鮮度をキープしてくれるので長持ちします。



ドアポケットでも紹介しましたが、ペットボトルの空き容器は便利で、野菜を立てて使うこともできます。捨てちゃう前にもうひと仕事させてあげてください。

Point!

「ビニール袋+新聞紙で汚れ防止」



土汚れや野菜くずなどが残りやすい野菜室。野菜室の底には、ビニール袋(45ℓのごみ袋でOK)と新聞紙を重ねて敷きましょう。

汚れたら新聞紙を取り替えるだけでいいので掃除がラクになります。