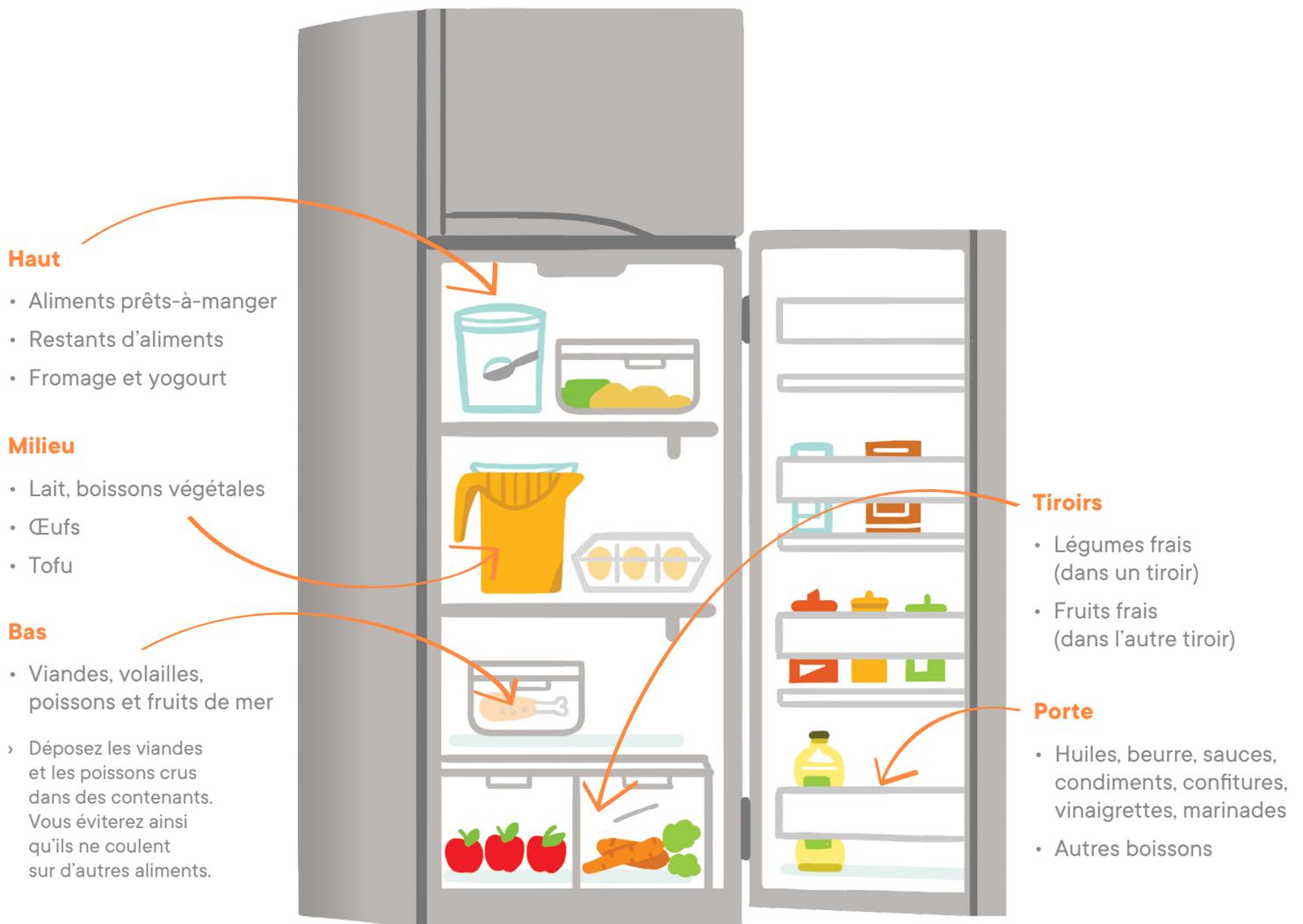


# Comment bien ranger les aliments dans le frigo ?

Ces conseils vous permettront de conserver plus longtemps les aliments et de réduire les risques d'intoxication alimentaire en cuisine.



## Informations complémentaires

- Pensez à vérifier les températures! Celle du frigo doit se situer entre 0 et 4°C, celle du congélateur à -18°C ou moins.
- Évitez de laisser la porte du frigo trop longtemps ouverte. Assurez-vous de bien la refermer après utilisation pour que les aliments restent à la bonne température.
- Consommez en premier les aliments rangés au frigo depuis longtemps en appliquant l'astuce FIFO "First-in, First-out", soit premier rentré — premier sorti.
- Assurez-vous que les aliments sont encore bons avant de les consommer grâce au document « [Meilleur avant, bon après](#) » et au [Thermoguide](#) du MAPAQ.
- Pensez à nettoyer régulièrement votre frigo.