

Cómo conservar los alimentos durante más tiempo en el frigorífico

[Multimedia](#)

Cada vez son más los consumidores concienciados con acabar con el desperdicio alimentario y realizar una mejor gestión de los alimentos. En este sentido, Carolina Martín, culinary manager de Miele Iberia, acerca los mejores consejos para mantener los alimentos en buen estado durante más tiempo. Miele apuesta por su Generación K7000, como la herramienta perfecta para hacer más fácil esta tarea a los consumidores

Hoy en día cada vez son más los consumidores concienciados con acabar con el desperdicio alimentario. Solo en España, este desperdicio en los hogares, entre abril y septiembre de 2022, descendió un 5% respecto al mismo periodo del año anterior, con un total de 586,3 millones de kilos. Así, según datos del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, en 2021 cada español tiró de media a la basura 28,21 kilos/litros de alimentos, lo que supone la cifra más baja de los últimos cinco años y 2,72 kilos/litros menos que 2020.

Consciente de ello, Miele trabaja continuamente por concienciar a los consumidores de la importancia de hacer una mejor gestión de los alimentos para reducir este desperdicio. Para la marca, una correcta conservación de los alimentos desempeña un papel fundamental en la reducción del desperdicio alimentario a nivel global, y es por ello por lo que, de la mano de Carolina Martín, culinary manager de Miele Iberia, ofrece los mejores tips para preservar los alimentos de una forma sencilla:

1. Prolongar la vida de los alimentos: en el caso de la fruta y verdura, es importante lavarla y secarla al llegar a casa, así como almacenarlas en el cajón correspondiente. Carolina destaca que en Miele cuentan con una tecnología PerfectFresh Active por la cual conserva frescos los alimentos hasta 5 veces más gracias a la humedad que desprende, consiguiendo la temperatura óptima para almacenar todo tipo de alimentos como fruta, verdura, pescado, carne y productos lácteos.
2. Evitar el desperdicio: es importante realizar conservas propias, ya sean dulces y saladas como mermeladas, confituras, jaleas, salsa de tomate, escabeches, encurtidos...y aprovechar todos los productos de temporada. Estas podrán salvaguardarse en el frigorífico durante aproximadamente 1 año. Con el horno a vapor combinado de Miele se pueden preparar tan solo programando la cocción 'Preparación de conservas' y guardarlas en el frigorífico sobre la bandeja giratoria Flexitray que permite tener los alimentos siempre a mano.
3. Distribución homogénea: seguir un orden específico de colocación dentro del frigorífico es fundamental. Desde Miele, recomiendan colocar carnes y pescados en la parte más baja, así como los alimentos cocinados en la

parte central. En el caso de las frutas y verduras se deben guardar en los cajones, y los huevos y lácteos en la parte central y en la puerta. La tecnología Dynacool de Miele permite despreocuparse de dónde colocar los alimentos. Gracias a la circulación del aire, la temperatura se distribuye de manera homogénea por todo el interior del frigorífico que junto con la pared Clean Steel se evita que los alimentos se mojen y deterioren.

4. Optimización del espacio: la culinary manager de Miele asegura que una manera fácil y rápida de ahorrar espacio en el congelador es envasando en bolsas de vacío los alimentos. De este modo ocuparán menos espacio, permitiendo a su vez una correcta conservación, evitando las famosas 'quemaduras' por congelación.
5. Congelación: para congelar correctamente las verduras y hortalizas deben sumergirse previamente en agua hirviendo 1 minuto y hay que refrescarlas con agua fría rápidamente. De esta forma, estarán listas para congelar y descongelar con resultados excelentes. Si se tiene un horno a vapor, se puede hacer con la función 'blanquear' o 'escaldar', enfriarlas en agua con hielo y congelarlas. Para descongelarlas basta con introducirlas de nuevo en el horno y programar 'descongelar' para que lo haga de manera rápida y homogénea.

Miele recuerda la importancia de contar con un buen frigorífico, ya que no solo permite almacenar los alimentos de manera segura e higiénica, sino que también ayuda a prolongar su vida útil. Al mantener la temperatura correcta de forma constante, el frigorífico ralentiza la descomposición de los alimentos, evitando el crecimiento de bacterias, preservando su olor, textura y sabor por más tiempo. Este hecho permite planificar las compras de manera más eficiente resultando en un ahorro de dinero a largo plazo.

Además, contar con un buen frigorífico es importante en zonas geográficas donde las condiciones climáticas son desfavorables o aquellas donde el acceso a alimentos frescos puede ser limitado. En estos casos, la capacidad de conservar adecuadamente los alimentos se vuelve aún más crucial para garantizar una alimentación saludable y equilibrada.

En definitiva, desde Miele defienden que este electrodoméstico contribuye de forma directa a la reducción del desperdicio de alimentos, permitiendo disfrutar de alimentos frescos durante más tiempo, optimizando la planificación de compras y, en definitiva, promover una alimentación más sostenible y saludable para todos.

Por ello, la marca alemana propone un concepto innovador a través del diseño y los últimos avances tecnológicos mejorando el confort de los consumidores, a través de su nueva gama de frigoríficos de integración: Generación K7000.

La culinary manager de la marca señala que esta generación presenta novedosas funcionalidades que no solo se centran en enfriar o congelar alimentos, sino que además pone el foco en disfrutar de todos sus beneficios durante más tiempo. Miele aboga por la durabilidad no solo de sus electrodomésticos, también tiene como objetivo preservar el menaje del hogar y los alimentos que se utilizan a diario. Su amplio expertise en el desarrollo de soluciones centradas en la calidad y la durabilidad permiten a través de su

generación K7000, un almacenamiento adecuado y prolongado de los alimentos, preservando su frescura, sabor y valor nutricional. De esta manera, Miele no solo trabaja por garantizar la funcionalidad y el rendimiento de sus productos, sino que también busca contribuir a un estilo de vida sostenible.

[Sobre Miele](#)

Miele es el fabricante líder mundial de electrodomésticos premium, caracterizados por su alta calidad, moderno diseño y avanzada tecnología. De origen alemán, la compañía familiar se fundó en 1899 y desde entonces ha centrado su filosofía en el lema "Immer Besser" (siempre mejor), ofreciendo el mejor producto a sus clientes a través de máquinas innovadoras que se testan para una vida útil equivalente a 20 años.

Miele lleva operando en España desde 1966 y ya cuenta con 200 empleados y 6 Miele Experience Center situados en Madrid, Barcelona, Bilbao y Valencia.
