

2. ariketa

Ondorengo testuari zatiak falta zaizkio. Hurrengo orrian dituzu falta diren testu zatiak.
Sartu **testu zatia** dagokion **hutsunean**.
Markatu testuko hutsuneak (1, 2, 3...) betetzeko zein diren galdera egokienak (A, B, C...).

Testu zati bat sobera dago.

ELIKAGAIK SEGURUAGO KONTSUMITZEKO ETA ETEKIN HOBEA ATERATZEKO

Etxean janaria alferrik ez galtzeko, garrantzitsua da erosketak planifikatzea eta arretaz erreparatzea iraungitze-datari eta kontsumo-data gomendatuari.

Elikagaiak alferrik galtzeak guztioi eragiten digu: kontsumitzaileei, elikadura-arloko industriari, ostalaritzaren arloari... Espainiako estatuan, adibidez, urtean zortzi milioi tona elikagai galtzen dira alferrik. Nekazaritza, Elikadura eta Ingurumen Ministerioak (MAGRAMA) zenbait neurri sustatu ditu zifra hori erdira jaisteko 2020. urterako. Elikagai gehien zer esparrutan galtzen den ere adierazten dute datuek: etxean. Kontsumitzaile gisa, gure esku dago joera hori geldiaraztea eta elikagai gutxiago alferrik galtzea. **9**

Erosketak egin aurretik, hozkailuari eta biltegiari begiratu bat ematea komeni da, horrela jakingo baitugu zer falta den eta zer elikagai diren lehenengo jatekoak. **10** Erosi ostean, elikagaiak hozkailuan eta biltegian jartzean, lehenengo iraungiko direnak, hau da, kontsumo-epaia lehenengo amaituko zaienak jarri behar dira aurrean eta erosi diren azkenak atzean. Elikagaiak kontserbatzeko, argi- eta tenperatura-baldintzak zaindu behar dira, ekoizleak etiketan adierazten dituen baldintzetan. **11**

Elikagairik alferrik ez galtzeko, lagungarria da elikagaien etiketak arretaz irakurtzea. Hor agertzen da informaziorik funtsezkoena, iraungitze-data eta kontsumo-data gomendatua, alegia. **12**

Iraungitze-data. Egun horretatik aurrera produktua ez da kontsumitu behar, baina lasai kontsumi daiteke egun horretan bertan. **13** Etiketan edo ontzian iraungitze-data ageri da, ordena honetan emana: eguna, hilabetea eta urtea.

Kontsumo-data gomendatua. **14** Bi kontzeptu horiekin batera, kontserbatzeko baldintzei buruzko informazioa ere agertzen da etiketan (tenperatura, argia, hezetasuna). Ekoizleak ematen dituen gomendio horiek aintzat hartu ezean, gerta liteke produktuaren ezaugarri batzuk aldatzea.

Janarien hondarrei ahalik eta etekin handiena ateratzen asmatuz gero, askoz elikagai gutxiago galduko dira alferrik, baina jakin egin behar da hori nola egin eta zer baldintza zaindu elikagai horiek kontserbatzeko. **15** Bi ordu baino gehiago eman badute egoera horretan, bota egin behar dira janari-hondarrak. Oilasko errea, adibidez, gisatuak egiteko erabil daiteke. Haragia, oro har, hiru egunetan eduki daiteke hozkailuan behin egin eta gero, ez gehiago. Elikagai guztiak ontzi hermetikoetan sartu behar dira, eta bizpahiru egun egin ditzakete gehienera ere, arrautzekin egindako platerak izan ezik, horiek berehala jan behar baitira. Arrainak, itsaskiak eta saltsak bereiz gorde behar dira, eta, gehienez, hogeita lau orduz egon daitezke hozkailuan. Ontziei dagokienez, ez da komeni oso sakonak izatea, janaria azkarrago hoztu dadin. **16**

Hozkailuan, goiko aldean jarriko ditugu janari-hondarrak, prozesatu gabe dauden elikagaiak ez ditzaten kutsatu. Izozteko asmotan bagabiltza, hozten utzi behar dira izoztu aurretik, eta hiru hilabete pasatu baino lehenago jan behar dira, behin izoztuta. Desiozteko mikrouhin-labea erabil daiteke (denboraz larri bagabiltza), edo hozkailua bestela (gau osoan bertan utzita). Behin desioztu diren janari-hondarrak ez dira berriz ere izoztu behar.

<Consumer.es>, 2014ko urtarrila.Egokitua.

2. ariketa. Aukeratu erantzuna

- A.** Osasun- eta kalitate-kontrol zorrotzak egin ondoren ezartzen dira, eta gauza bera adierazten ez duten arren, jendeak nahasi egiten ditu sarritan.
- B.** Gako nagusietakoa da arrisku-eremutik kanpo jartzea, hau da, 5 °C eta 65 °C arteko tenperatura tartetik kanpo, non bakterioak azkarrago hazten diren.
- C.** Gogoan hartzekoa da elikagai asko, giroko tenperaturan edukitzekoak izan arren, hozkailuan sartu behar izaten direla behin ireki ondoren.
- D.** Horren guztiaren ondorioz, ezin dugu ahaztu elikagaiak eskuetan erabiltzeko orduan higie-ne ona izatea tenperatura egokia izatea bezain garrantzitsua dela.
- E.** Batez ere, produktu pasteurizatu-ekin erabiltzen da (esnea, jogurtak...), haragiekin edo hutsean ontziratuekin, arrisku handiko elikagaitzat jotzen baitira.
- F.** Hori gerta ez dadin, argi dago denok zertxobait aldatu beharko genituzkeela gure elikagaiak kontsumitzeko, erosteko eta kudeatzeko moduak.
- G.** Informazio horrek adierazten du zein egunetatik aurrera has daitekeen produktu bat kalitatea galtzen, baina egun hori pasatu eta gero janda ere, ez du izaten arriskurik osasunerako.
- H.** Oso lagungarria izaten da, era berean, asteko menua planifikatzea eta horretarako zer osagai beharko diren zerrendatzea.
- I.** Oso lagungarria izaten da data idaztea, elikagai bakoitzari jarraipena egin eta luzaroan ez edukitzeko gordeta

■ Idatzi zenbakiari dagokion letra ondoko laukietan:

Hutsuneak	9	10	11	12	13	14	15	16
Testu zatiak								

Soberakoa	
-----------	--