



+11 dní

+48 dní

+40 dní

+8 dní

+8 dní

+16 dní

---

# Na zachovanie ešte dlhšej čerstvosti.

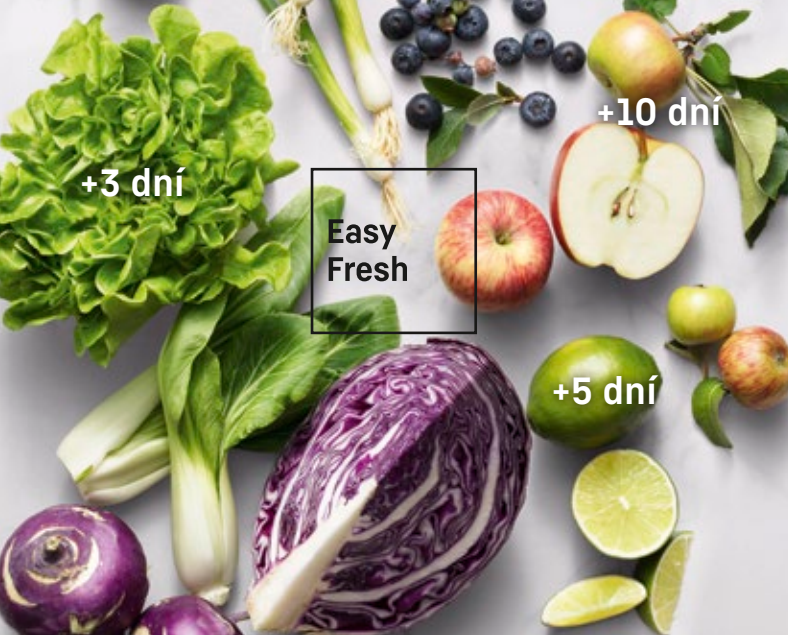
---

Naše technológie čerstvosti pre perfektné skladovanie vašich potravín.

## LIEBHERR

Chladenie a zmrazovanie

+10 dní



Údaje o dňoch sa týkajú porovnania s normálnou chladiacou časťou.



## Dobrá pre naše najväčšie dobro.

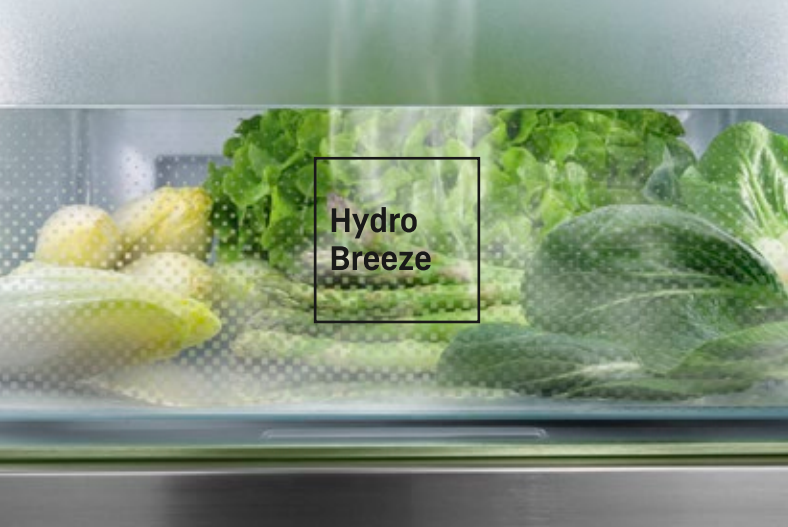
Zdravie je v našom živote na prvom mieste. Prirodzene k nemu patrí aj vyvážená strava, ktorá dodáva telu všetky dôležité živiny. Ideálne pestrá zmes množstva ovocia a zeleniny, ale aj rozumná konzumácia živočíšnych potravín, ako sú ryby a mäso a rovnako aj mliečne výrobky. Pritom platí: čím čerstvejšie, tým lepšie. A najlepšie podľa regiónu a sezóny.

Vychutnávať si každý deň niečo čerstvé nemusí pritom nevyhnutne znamenať aj každodenne nakupovať. V každom prípade je však dôležité správne skladovanie! Naše inovatívne technológie čerstvosti to pre vás radi zabezpečia. S najlepšou klímou na uskladnenie všetkých vašich potravín.

## My nepustíme žiadny vzduch a vy si môžete vychutnávať.

Easy  
Fresh

Vy máte radi ovocie a zeleninu, ovocie a zelenina majú radi vlhkosť. Obidve podmienky spĺňa náš priečnik EasyFresh – v pravom zmysle slova: Vo vzduchotesne uzavretej zásuvke je síce rovnaká teplota ako v chladiacej časti, avšak porovnateľne vyššia vlhkosť. Vytvára to klímu, pri ktorej sa ovocie a zelenina aj bez obalu cítia naozaj dobre a vďaka tomu vydržia oveľa dlhšie.



Hydro  
Breeze



+3 dní

+3 dní

+5 dní

## Extra čerstvosť.

Bio  
Fresh  
Professional

Inšpirované prírodou, zdokonalené v supermarkete. A teraz vo vašej chladničke: HydroBreeze je studená svieža hmla, ktorá jemne pokryje ovocie a zeleninu. Pri každom otvorení dverí HydroBreeze zvláží uskladnené potraviny a postará sa o chrumkavú čerstvosť – špeciálny efekt očarena vo vzduchotesnom priečinku BioFresh Professional.



Scan for Preview-Video: HydroBreeze  
[home.liebherr.com/hydrobreeze](http://home.liebherr.com/hydrobreeze)

## Čerstvé ako z trhu.

Bio  
Fresh  
Plus

Zvlášť citlivé potraviny, ako sú ryby a morské plody, sa najlepšie skladujú pri veľmi nízkych teplotách a nízkej vlhkosti vzduchu. Alebo dokonca pri teplote  $-2^{\circ}\text{C}$  v priečinku na skladovanie rýb a morských plodov Liebherr.



Údaje o dňoch sa týkajú porovnania s normálnou chladiacou časťou.



# Žiadna námraza v mraziacom priečinku: len tá, ktorá má chuť.

No  
Frost

Všetko vypratať, čo sa môže pokaziť, dočasne uskladniť, pripraviť si handru – prišiel deň, keď treba mraziacu časť odmraziť. NoFrost vám ušetrí túto namáhavú prácu a získate viac času na veci, ktoré vás skutočne bavia.

Inovatívna technológia NoFrost zmrazuje mrazené potraviny vychladeným cirkulujúcim vzduchom a odvádza vlhkosť vzduchu von. Tam, kde nie je vlhkosť, tam sa nemôže ani vytvoriť vrstva ľadu. Výsledkom je: mraziaca časť, kde sa nikdy nevytvára námraza, vďaka čomu je energeticky efektívna. A dlhodobo čerstvé aromatické potraviny bez námrazy.



[home.liebherr.com](http://home.liebherr.com)



## Najdôležitejšie zložky a trvanlivosť (dni\*/mesiače\*\*)

### Ovocie

	Vitamíny	Minerály	Chladiaca časť*	Easy Fresh*	Bio Fresh*	Mraziaca časť**
Artičoky	A, B1, B2, C	železo, fluór	6	7	14	6
Brokolica	C, K, kyselina listová	železo, jód	3	5	13	15
Bylinky	A, B1, B2, niacín, B5, C	draslík, vápnik	3	6	13	10
Čakanka obyčajná	B1, B2	draslík, mangán	14	18	27	9
Čakanka šalátová	C, prov. A	draslík, mangán	14	18	27	9
Červená repa	kyselina listová, prov. A	železo, mangán	5	6	18	12
Cuketa	A, B1, C	draslík, horčík, železo	12	14	-	4
Cvikla	A, B1, B2, C	horčík, mangán	4	6	10	12
Fazuľa	A, B2, kyselina listová	horčík, mangán	5	6	11	15
Fenikel	B1, prov. A	horčík, mangán	3	7	14	6
Hľávkový šalát	A, E, kyselina listová	železo, draslík, mangán	2	5	13	-
Hrášok	A, B1, B2	meď, magnézium	6	7	14	15
Huby	B1, B2, D, K	jód, draslík, meď	2	3	7	8
Kaleráb	B1, B2, B6, C	železo, horčík	6	7	14	9
Karfiol	C, E, K, kyselina listová	draslík, horčík	10	12	21	12
Kukurica	A, B1, B2, niacín, B5, B6	draslík, horčík, fosfor	2	2	5	12
Mrkva	A, C, D, E	draslík, vápnik	40	50	80	12
Paprika	B6, C, E, K	železo, draslík	8	10	-	6
Pór	B1, E, kyselina listová	vápnik, horčík	7	15	29	8
Rajčina	A, B1, C, E	horčík, zinok	13	16	-	-
Rebarbora	niacín, B5, C, kyselina listová	vápnik, horčík, fosfor	6	7	13	9
Ružičkový kel	C, E, K	mangán, zinok	9	11	20	12
Sójové klíčky	B1, B2, niacín, B5, B6, C	draslík, vápnik, fosfor	1	2	7	12
Špargľa	B1, C, K	meď, magnézium	8	10	18	12
Špenát	A, E, K, kyselina listová	jód, horčík	4	5	13	12
Uhorka	A, B, E	draslík, vápnik	12	14	-	-
Valeriánka poľná	A, C, E, kyselina listová	železo, fluór	3	7	19	-
Zeler	A, niacín, B5, C, E, kyselina listová	železo, draslík, vápnik	8	13	28	6

### Ovocie

	Vitamíny	Minerály	Chladiaca časť*	Easy Fresh*	Bio Fresh*	Mraziaca časť**
Banán	B1, B6, biotín	horčík, mangán	-	-	-	12
Broskyňa	B1, B2, B6, E, K	draslík, zinok	4	5	13	10
Brusnice	C, E	železo, meď, mangán	32	40	60	10
Čerešne	B1, B2, B6, C	železo, draslík	6	7	14	12
Černice	C, kyselina listová	železo, draslík, vápnik	1	1	3	12
Čučoriedky	B1, B2, B6, C, E	mangán, zinok	3	4	9	24
Figa	A, C, biotín	železo, draslík, vápnik	2	3	7	12
Granátové jablko	B1, B2, B6, C, E	železo, draslík	44	55	-	12
Hrozno	C, E, kyselina listová	železo, draslík	10	12	29	12
Hruška	B1, B2, B6, E	vápnik, horčík	21	26	55	8
Jablko	A, B1, biotín	železo, draslík	40	50	80	8
Jahody	C, K, kyselina listová	mangán, zinok	2	3	7	24
Kivi	A, C, K	vápnik, horčík	32	40	80	8
Kokosový orech	A, B1, B2, B6, C, kyselina listová	vápnik, horčík, mangán	15	19	30	12
Maliny	A, B6, C, kyselina listová	vápnik, horčík	1	1	3	24
Mango	A, C, E	horčík, zinok	-	-	-	5
Marhuľa	A, B1, B2, E	draslík, meď	6	7	13	12
Nektarinka	A, B1, niacín	železo, draslík	4	5	13	10
Pomaranč	B, C, kyselina listová	železo, fosfor	36	45	-	12
Ríbezle	B1, B2, B6, C, E	železo, zinok	2	3	7	24
Slivka	B1, B2, B6, E, K	železo, draslík, meď	8	10	20	12
Višne	A, B1, B2, kyselina listová	železo, draslík	3	4	7	12

### Syr a mliečne výrobky

	Vitamíny	Minerály	Chladiaca časť*	Easy Fresh*	Bio Fresh*	Mraziaca časť**
Brie	A, B2, B6, B12, D	vápnik, sodík	4	4	20	3
Čedar	A, B2, B12, E	jód, vápnik, sodík	20	20	110	6
Čerstvý syr	kyselina listová	železo, fosfor, zinok	7	7	20	10
Cmar	A, B2, E	draslík, zinok	3	3	12	-
Eidam	A, B2, B12	vápnik, meď	10	10	40	4
Ementál	A, B2, B12, D	meď, sodík	20	20	110	6
Feta syr	A, B2, B12	fosfor, zinok	4	4	20	3
Gorgonzola	B1, B2, B6, prov. A	draslík, chlorid, sodík	4	4	20	4
Gouda	A, B2, B12, D	jód, fosfor, zinok	10	10	40	4
Horský syr	A, B2, D	jód, fosfor, zinok	20	20	110	6
Jogurt	A, B2, K	fosfor, zinok	3	3	12	-
Maslo	A, D, E, K	fosfor, zinok	30	30	90	9
Mlieko	A, B2, D, K	draslík, vápnik	3	3	12	2
Mozzarella	A, B1, B2, B6, D, E	draslík, vápnik, sodík	7	7	20	10
Parmezán	A, B2, B12, D	železo, jód, vápnik	20	20	110	6
Polomäkký syr	B12, D, niacín	zinok, chlór	10	10	40	4
Raclette	A, B2, B12	sodík, zinok, chlór	10	10	40	4
Ricotta	A, B2, B12	vápnik, meď	7	7	20	-
Surové vajčičko	B12, D, K, biotín	železo, vápnik, selén	15	15	45	-
Tvaroh	B1, B2, niacín, B5, C, E	draslík, vápnik, fosfor	7	7	20	10
Tylžský syr	A, D, kyselina listová	vápnik, zinok, chlór	10	10	40	4
Vaječný bielok	A, B1, B6, kyselina listová	draslík, meď, sodík, zinok	-	-	4	10
Vaječný žltok	A, B1, B6, kyselina listová	draslík, meď, sodík, zinok	-	-	4	10

### Mäso a saláma

	Vitamíny	Minerály	Chladiaca časť*	Easy Fresh*	Bio Fresh*	Mraziaca časť**
Bravčové mäso	B1, B12, niacín	železo, zinok	1	1	6	6
Divina	B1, B2, niacín, B5, B6, C, E	draslík, fosfor, siera	1	1	6	9
Hovädzie mäso	B6, B12, niacín	draslík, fosfor, zinok	1	1	6	12
Hydina	A, niacín, B5, B6, E	draslík, fosfor, siera	1	1	6	6
Jahňacie mäso	B1, niacín	železo, fluór, draslík	1	1	8	10
Jaternica	A, niacín, C, E	draslík, sodík, chlór	1	1	8	3
Klobása	A, B1, B2, B6, C, E	vápnik, horčík, fosfor	1	1	8	3
Mleté mäso	B2, niacín, B5, B6, E	draslík, fosfor, siera	-	-	2	3
Mortadela	A, B1, B2, niacín, B5, B6, C, E	draslík, sodík, chlór	1	1	8	3
Párky	A, D, E, K	železo, sodík, fosfor, zinok	1	1	8	3
Saláma	B1, B2, niacín, B5, B6, E	draslík, sodík, chlór	7	7	14	3
Slanina	A, niacín, B5, B6, C, E	draslík, sodík, chlór	2	2	12	3
Suchá saláma	B1, B2, niacín, B5, B6, E	draslík, sodík, chlór	9	9	14	3
Šunka	B1, B2, B6, B12	fosfor, zinok	1	1	9	3
Telacie mäso	B1, B2, B6	draslík, fosfor	1	1	6	12
Vnútrnosti	A, B2, niacín, B5, C, E	draslík, fosfor, siera	1	1	2	6

### Ryby a morské plody

	Vitamíny	Minerály	Chladiaca časť*	Easy Fresh*	Bio Fresh*	Bio Fresh Plus*	Mraziaca časť**
Čert morský	A, B2, B12, D	fluór, zinok	1	1	2	4	6
Garnát	B2, B12, E	horčík, zinok	1	1	2	4	3
Homár	B2, B6, B12, D	fluór, jód, zinok	1	1	2	4	3
Kambala veľká	B2, B12, D	jód, horčík, zinok	1	1	2	4	6
Krevety	B2, B12, E	železo, fluór, jód	1	1	2	4	3
Lastúrniky	B2, B12, kyselina listová	železo, fluór	1	1	3	6	3
Losos	A, D, E, H	draslík, zinok	1	1	2	4	3
Mečúň	A, B2, B12, D	draslík, zinok	1	1	2	4	3
Morona striebristá	A, B12, D, E	železo, fluór, jód	1	1	2	4	6
Platesa malohlavá	B1, B2, B5, B6	vápnik, horčík, sodík	1	1	2	4	4
Platesa veľká	A, D, E	železo, fluór	1	1	2	4	6
Pražma	B2, D, E	draslík, horčík	1	1	2	4	3
Pstruh	A, B2, B12, D, E	meď, fosfor, zinok	1	1	2	4	2
Sebastes	A, B2, B12, D, E	draslík, fosfor, zinok	1	1	2	4	3
Sleď	B12, D, E	sodík, fosfor	1	1	2	4	2
Solea európska	A, B2, B12, D	fluór, jód, zinok	1	1	2	4	6
Treska	A, B12, D, E	železo, fluór	1	1	2	4	4
Treska tmavá	A, B2, B12, D	železo, draslík, zinok	1	1	2	4	6
Tuniak	A, B1, B2, D	draslík, vápnik, sodík	1	1	2	4	3
Ustrice	A, B2, B12, D	železo, fluór	1	1	3	6	3
Zubáč	A, B2, D, E	fluór, jód, zinok	1	1	2	4	8

Všetky hodnoty sú približné a závisia v individuálnom prípade od druhu, resp. odborného skladovania bez prerušenia chladiaceho reťazca od zberu/výrobcu až po chladiace zariadenie Liebherr. Pri potravinách s uvedením minimálnej trvanlivosti platí vždy dátum uvedený na obale. Potravinový označené s - nie sú vhodné na skladovanie v príslušnom prierečniku.

## Každý deň vo forme s vitamínmi a minerálmi!

Vitamíny	
<b>Vitamín A</b>	tvorba rodopsínu, zvlhčovanie slizníc, vývoj kostí a zdravie pokožky.
<b>Vitamín B1</b>	prenos určitých signálov nervovej sústavy medzi mozgom a miechou.
<b>Vitamín B2</b>	tvorba pokožky, rast vlasov a nechto.
<b>Vitamín B5</b>	imunita tvorbou protilátok, tvorba protistresových hormónov.
<b>Vitamín B6</b>	tvorba a obnova svalového tkaniva, zdravá pokožka a nervový systém.
<b>Vitamín B12</b>	rast, tvorba červených krviniek.
<b>Vitamín C</b>	tvorba a udržiavanie kolagénu, imunita a hojenie rán.
<b>Vitamín D</b>	silná štruktúra kostí.
<b>Vitamín E</b>	ochrana bunkových stien, zásobovanie pokožky, svalov a nervov a tiež obehovej sústavy.
<b>Vitamín K</b>	zrážanlivosť krvi, štruktúra zubov a kostí.
<b>Kyselina listová</b>	prírodný vitamín B, vývoj miechy plodu.
<b>Niacín</b>	regulácia získavania a tvorby energie, zabezpečovanie funkcie nervového systému a zažívacieho ústrojenstva.

Minerály	
<b>Železo</b>	súčasť hemoglobínu.
<b>Fluór</b>	udržiavanie kostí a zubnej skloviny.
<b>Jód</b>	udržiavanie väziva, spájanie väzivových tkanív a väzov, duševný vývoj plodu.
<b>Draslík</b>	funkcia svalov a nervov, rovnováha vody, kyselín a zásad v tele.
<b>Vápnik</b>	stavebný základ kostí a zubov, kontrakcia svalov a zrážanlivosť krvi.
<b>Meď</b>	pigmentácia vlasov a pokožky, rast a funkcia nervov.
<b>Horčík</b>	rast, udržiavanie silných kostí a zubov, uvoľňovanie svalstva, zdravé srdce a nervový systém.
<b>Mangán</b>	tvorba bielkovín, zdravé nervy, dobré kĺby, stabilná štruktúra kostí, tvorba hormónov štítnej žľazy.
<b>Sodík</b>	regulujú množstvo vody, rovnováha kyselín a zásad.
<b>Fosfor</b>	posilnenie kostí a zubov, tvorba genetického materiálu.
<b>Síra</b>	tvorba chrupiek kostí, spojivového tkaniva a štruktúry kostí.
<b>Selén</b>	ochrana pred voľnými radikálmi.
<b>Zinok</b>	podpora pri liečení rán, posilňovanie imunitného systému.

**LIEBHERR**