



+11 dni

# Dłuższa świeżość.

Nasze technologie zachowania  
świeżości gwarantują idealne  
przechowywanie Twoich artykułów  
spożywczych.

## LIEBHERR

Chłodzenie i mrożenie

+48 dni

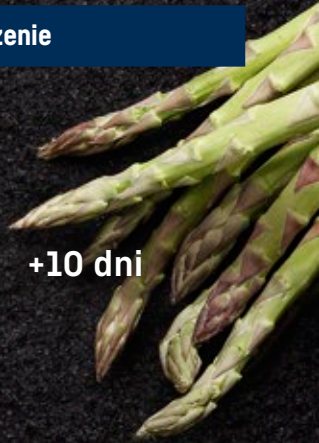
+40 dni

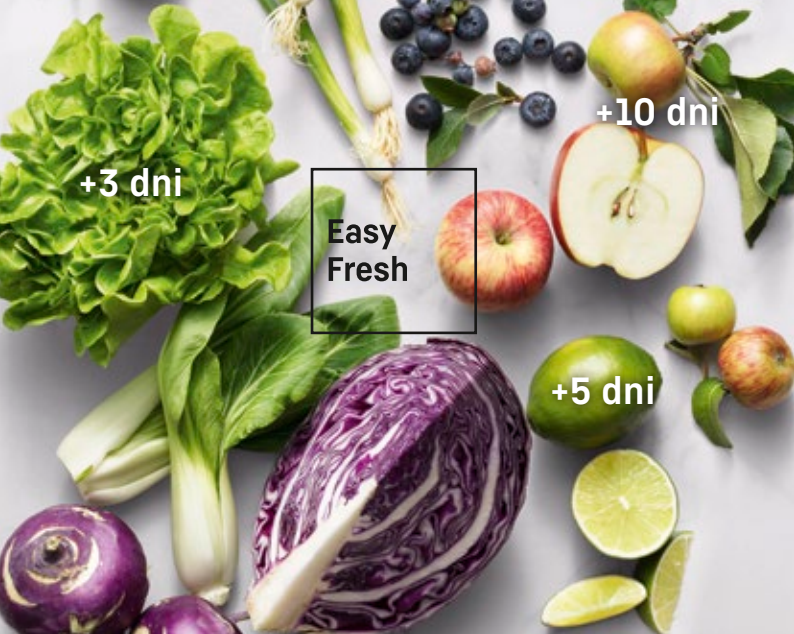
+8 dni

+8 dni

+16 dni

+10 dni





Liczby dni określają różnicę w stosunku do zwykłej komory chłodniczej.



## Zdrowie to podstawa.

---

Zdrowie znajduje się w naszym życiu na pierwszym miejscu. Elementem zapewniającym dostarczenie organizmowi wszystkich ważnych substancji odżywczych jest zbilansowana dieta. Najlepiej by składała się ona głównie z warzyw i owoców, świadomie uzupełnianych produktami pochodzenia zwierzęcego, takimi jak ryby i mleko oraz nabiał. Obowiązuje przy tym zasada: im świeższe produkty, tym lepsze. A najlepiej regionalne i sezonowe.

Przy tym codziennie świeże jedzenie niekoniecznie musi oznaczać codziennych zakupów. Najważniejsze jest odpowiednie przechowywanie! Pomoc w tym zakresie oferują nasze innowacyjne technologie. Zapewniają zawsze najlepsze środowisko do przechowywania wszystkich Twoich artykułów spożywczych.

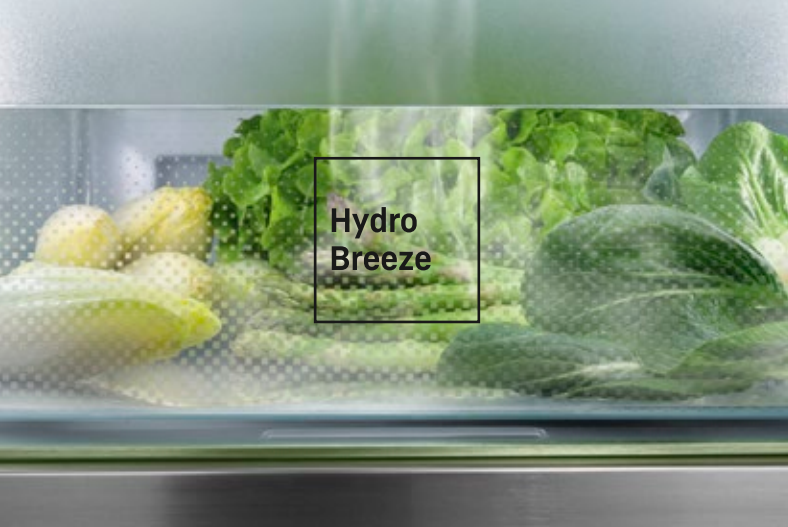
## Ciesz się smakiem, a my zadbamy o dobre zamknięcie.

---

Easy  
Fresh

Ty uwielbiasz owoce i warzywa, a warzywa i owoce uwielbiają wilgotne powietrze. Obydwie potrzeby spełnia nasz pojemnik EasyFresh i to w pełnym tego słowa znaczeniu: W szczelnie zabezpieczonej przed dostępem powietrza szufladzie panuje wprawdzie taka sama temperatura, jak w komorze chłodniczej, jednak wymiennie wyższa wilgotność powietrza. W takim klimacie niezapakowane warzywa i owoce mogą być dłużej przechowywane i tym samym mają dłuższą trwałość.





Hydro  
Breeze



+3 dni

+3 dni

+5 dni

## Dodatkowy zastrzyk świeżości.

Bio  
Fresh  
Professional

Zainspirowana przyrodą, dopracowana w supermarketach. A teraz w Twojej lodówce: HydroBreeze, zimna, świeża mgiełka, która jak balsam otula owoce i warzywa. Przy każdym otwarciu drzwi HydroBreeze opada na przechowywaną żywność, zapewniając jej chrupiącą świeżość – i szczególnie efekt wizualny w hermetycznym pojemniku BioFresh Professional-Safe.



Zeskanuj kod, by mieć podgląd filmu: [HydroBreeze  
home.liebherr.com/hydrobreeze](http://HydroBreeze.home.liebherr.com/hydrobreeze)

## Zamrożone produkty nie tracą na jakości.

Bio  
Fresh  
Plus

Sz szczególnie wrażliwe produkty, takie jak ryby i owoce morza należy przechowywać w lodowatych temperaturach i minimalnej wilgotności powietrza. Albo w temperaturze -2°C w pojemniku Fish & Seafood firmy Liebherr.



Liczby dni określają różnicę w stosunku do zwykłej komory chłodniczej.

# Jak najdłużej, jak najsmaczniej.

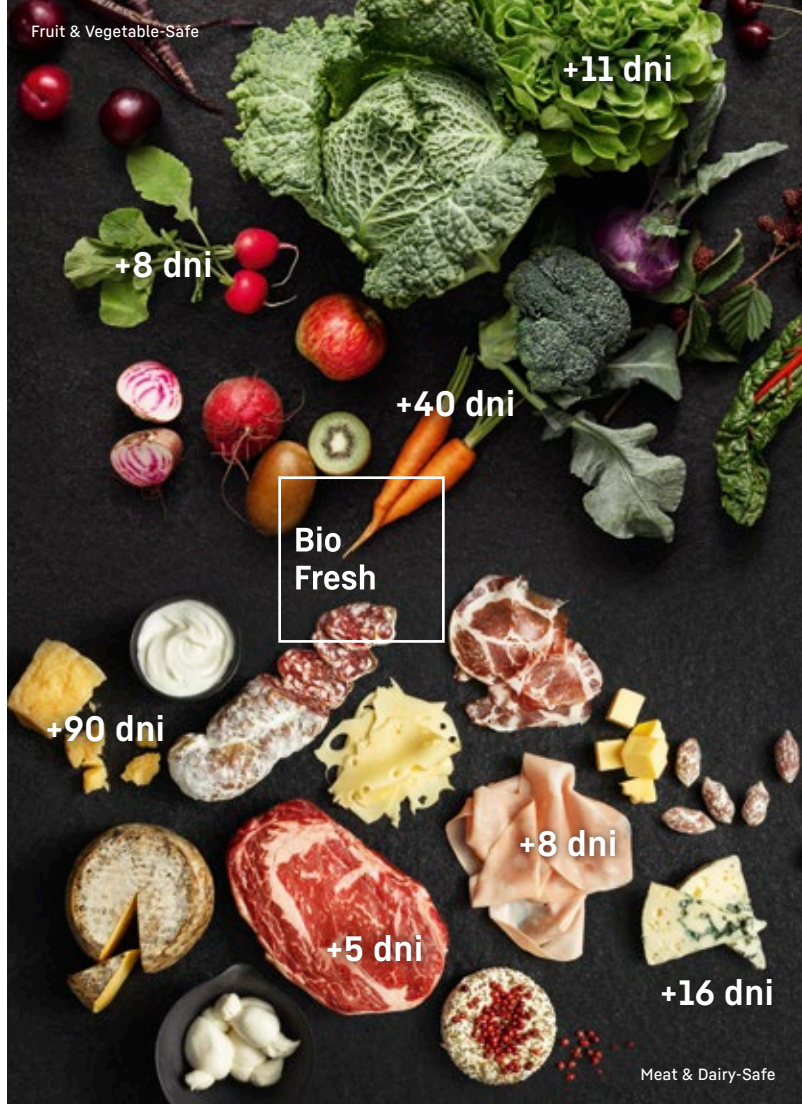
Bio  
Fresh

Co przychodzi Ci do głowy, gdy myślisz o smaku świeżości? Soczyste truskawki prosto z pola? Jeżyny z własnego ogródka? Chrupiąca sałata, a może aromatyczny ser? Możliwość cieszenia się jak najświeższym jedzeniem to jedna z przyjemności, które umilają nam codzienność. A my zwiększamy tę przyjemność poprzez zastosowanie rozwiązania BioFresh i panujące w nim optymalne warunki klimatyczne.

Dzięki sprawdzonej technologii świeżości, artykuły spożywcze są przechowywane w temperaturze lekko powyżej 0°C, czyli znacznie chłodniejszej niż w pozostałej części komory chłodniczej. W wysokiej wilgotności powietrza owoce i warzywa zamknięte w hermetycznym pojemniku Fruit & Vegetable dłużej zachowują świeżość i aromat. Mięso, ryby i nabiał znakomicie zabezpiecza suchy klimat w strefie Meat & Dairy. W ten sposób chronimy nie tylko witaminy, substancje odżywcze i aromat, lecz także środowisko oraz Twój portfel. To, co dłużej smakuje, rzadziej trafia do śmietnika i nie wymaga tak często uzupełniania zapasów.



Liczby dni określają różnicę w stosunku do zwykłej komory chłodniczej.





## Nigdy więcej rozmrażania, dzięki technologii NoFrost.

No  
Frost

Trzeba wszystko opróżnić, zabezpieczyć łatwo psujące się produkty, wyłożyć ściereczkami – nadszedł czas na rozmrażanie zamrażarki. Funkcja NoFrost uwalnia Cię od tych uciążliwych prac i pozwala przeznaczyć czas na to, co naprawdę sprawi Ci przyjemność.

Innowacyjna technologia NoFrost mrozi produkty przeznaczone do zamrożenia schłodzonym powietrzem obiegowym i odprowadza wilgoć na zewnątrz. A tam, gdzie nie ma wilgoci, tam nie wytworzy się lód. Efekt: nieoblodzona, a przez to bardziej energooszczędna zamrażarka oraz artykuły spożywcze o aromatycznej, długotrwałej świeżości.



Zapraszamy do świata świeżości **Fresh-MAG**.  
Dowiedz się od specjalistów wszystkiego  
o naszych urządzeniach, przechowywaniu  
żywności, odżywianiu, przepisach i wiele więcej.  
[blog.liebherr.com](http://blog.liebherr.com)



FSC® C119317



## Najważniejsze składniki i trwałość (dni\*/miesiące\*\*)

### Warzywa

	Witaminy	Mineraty	Komora chłodnicza*	Easy Fresh*	Bio Fresh*	Zamrażarka**
Boćwinka	A, B1, B2, C	Magnez, mangan	4	6	10	12
Brokuły	C, K, kwas foliowy	Żelazo, jod	3	5	13	15
Brokselka	C, E, K	Mangan, cynk	9	11	20	12
Burak czerwony	Kwas foliowy, prowitamina A	Żelazo, mangan	5	6	18	12
Cukinia	A, B1, C	Wapń, magnez, żelazo	12	14	-	4
Cykorcia	B1, B2	Potas, mangan	14	18	27	9
Czerwona cykorcia	C, prowitamina A	Potas, mangan	14	18	27	9
Fasola	A, B2, kwas foliowy	Magnez, mangan	5	6	11	15
Groszek	A, B1, B2	Miedź, magnez	6	7	14	15
Grzyby	B1, B2, D, K	Jod, potas, miedź	2	3	7	8
Kalafior	C, E, K, kwas foliowy	potas, magnez	10	12	21	12
Kalarepa	B1, B2, B6, C	Żelazo, magnez	6	7	14	9
Karczochy	A, B1, B2, C	Żelazo, fluor	6	7	14	6
Kiełki soi	B1, B2, niacyna, B5, B6, C	Potas, sód, fosfor	1	2	7	12
Koper włoski	B1, prowitamina A	Magnez, mangan	3	7	14	6
Kukurydza	A, B1, B2, niacyna, B5, B6	Potas, magnez, fosfor	2	2	5	12
Marchew	A, C, D, E	Potas, wapń	40	50	80	12
Ogórek	A, B, E	Potas, wapń	12	14	-	-
Papryka	B6, C, E, K	Żelazo, potas	8	10	-	6
Pomidory	A, B1, C, E	Magnez, cynk	13	16	-	-
Por	B1, E, kwas foliowy	Wapń, magnez	7	15	29	8
Rabarbar	Niacyna, B5, C, kwas foliowy	Wapń, magnez, fosfor	6	7	13	9
Roszonka	A, C, E, kwas foliowy	Żelazo, fluor	3	7	19	-
Seler	A, niacyna, B5, C, E, kwas foliowy	Żelazo, potas, wapń	8	13	28	6
Szparagi	B1, C, K	Miedź, magnez	8	10	18	12
Szpinak	A, E, K, kwas foliowy	Jod, magnez	4	5	13	12
Zielona sałata	A, E, kwas foliowy	Żelazo, potas, mangan	2	5	13	-
Ziółta	A, B1, B2, niacyna, B5, C	Potas, wapń	3	6	13	10

### Owoce

	Witaminy	Mineraty	Komora chłodnicza*	Easy Fresh*	Bio Fresh*	Zamrażarka**
Banan	B1, B6, biotyna	Magnez, mangan	-	-	-	12
Borówka czerwona	C, E	Żelazo, miedź, mangan	32	40	60	10
Borówka czarna	B1, B2, B6, C, E	Mangan, cynk	3	4	9	24
Brzoskwinia	B1, B2, B6, E, K	Potas, cynk	4	5	13	10
Czereśnie	B1, B2, B6, C	Żelazo, potas	6	7	14	12
Figa	A, C, biotyna	Żelazo, potas, wapń	2	3	7	12
Granat	B1, B2, B6, C, E	Żelazo, potas	44	55	-	12
Gruszka	B1, B2, B6, E	Wapń, magnez	21	26	55	8
Jabłko	A, B1, biotyna	Żelazo, potas	40	50	80	8
Jeżyny	C, kwas foliowy	Żelazo, potas, wapń	1	1	3	12
Kiwi	A, C, K	Wapń, magnez	32	40	80	8
Kokos	A, B1, B2, B6, C, kwas foliowy	Wapń, magnez, mangan	15	19	30	12
Maliny	A, B6, C, kwas foliowy	Wapń, magnez	1	1	3	24
Mango	A, C, E	Magnez, cynk	-	-	-	5
Morela	A, B1, B2, E	Potas, miedź	6	7	13	12
Nektarynka	A, B1, niacyna	Żelazo, potas	4	5	13	10
Pomarańcza	B, C, kwas foliowy	Żelazo, fosfor	36	45	-	12
Porzeczki	B1, B2, B6, C, E	Żelazo, cynk	2	3	7	24
Śliwka	B1, B2, B6, E, K	Żelazo, potas, miedź	8	10	20	12
Truskawki	C, K, kwas foliowy	Mangan, cynk	2	3	7	24
Winogrona	C, E, kwas foliowy	Żelazo, potas	10	12	29	12
Wiśnie	A, B1, B2, kwas foliowy	Żelazo, potas	3	4	7	12

### Sery i nabiał

	Witaminy	Mineraty	Komora chłodnicza*	Easy Fresh*	Bio Fresh*	Zamrażarka**
Biały	A, B1, B6, kwas foliowy	Potas, miedź, sód, cynk	-	-	4	10
Brie	A, B2, B6, B12, D	Wapń, sód	4	4	20	3
Cheddar	A, B2, B12, E	Jod, potas, wapń	20	20	110	6
Feta	A, B2, B12	Fosfor, cynk	4	4	20	3
Gorgonzola	B1, B2, B6, prowitamina A	Potas, chlor, sód	4	4	20	4
Gouda	A, B2, B12, D	Jod, fosfor, cynk	10	10	40	4
Jajko, surowe	B12, D, K, biotyna	Żelazo, wapń, selen	15	15	45	-
Jogurt	A, B2, K	Fosfor, cynk	3	3	12	-
Maślanka	A, B2, E	Potas, cynk	3	3	12	-
Masto	A, D, E, K	Fosfor, cynk	30	30	90	9
Mleko	A, B2, D, K	Potas, wapń	3	3	12	2
Mozzarella	A, B1, B2, B6, D, E	Potas, wapń, sód	7	7	20	10
Parmezan	A, B2, B12, D	Żelazo, jod, wapń	20	20	110	6
Raclette	A, B2, B12	Sód, cynk, chlor	10	10	40	4
Ricotta	A, B2, B12	Wapń, miedź	7	7	20	-
Ser edamski	A, B2, B12	Wapń, miedź	10	10	40	4
Ser ementalski	A, B2, B12, D	Miedź, sód	20	20	110	6
Ser górski	A, B2, D	Jod, fosfor, cynk	20	20	110	6
Ser maślany	B12, D, niacyna	Cynk, chlor	10	10	40	4
Ser twarogowy	Kwas foliowy	Żelazo, fosfor, cynk	7	7	20	10
Ser tyłżycki	A, D, kwas foliowy	Wapń, cynk, chlor	10	10	40	4
Twarożek	B1, B2, niacyna, B5, C, E	Potas, wapń, fosfor	7	7	20	10
Żółtko jajka	A, B1, B6, kwas foliowy	Potas, miedź, sód, cynk	-	-	4	10

### Mięso i wędliny

	Witaminy	Mineraty	Komora chłodnicza*	Easy Fresh*	Bio Fresh*	Zamrażarka**
Cielęcina	B1, B2, B6	Potas, fosfor	1	1	6	12
Drób	A, niacyna, B5, B6, E	Potas, fosfor, siarka	1	1	6	6
Dziczyzna	B1, B2, niacyna, B5, B6, C, E	Potas, fosfor, siarka	1	1	6	9
Jagnięcina	B1, niacyna	Żelazo, fluor, potas	1	1	8	10
Kiełbasa grillowa	A, B1, B2, B6, C, E	Wapń, magnez, fosfor	1	1	8	3
Metka	B1, B2, niacyna, B5, B6, E	Potas, sód, chlor	9	9	14	3
Mięso mielone	B2, niacyna, B5, B6, E	Potas, fosfor, siarka	-	-	2	3
Mortadela	A, B1, B2, niacyna, B5, B6, C, E	Potas, sód, chlor	1	1	8	3
Parówka	A, D, E, K	Żelazo, sód, fosfor, cynk	1	1	2	3
Podroby	A, B2, niacyna, B5, C, E	Potas, fosfor, siarka	1	1	2	6
Salami	B1, B2, niacyna, B5, B6, E	Potas, sód, chlor	7	7	14	3
Stonina	A, niacyna, B5, B6, C, E	Potas, sód, chlor	2	2	12	3
Szynka	B1, B2, B6, B12	Fosfor, cynk	1	1	9	3
Wątrobianka	A, niacyna, C, E	Potas, sód, chlor	1	1	8	3
Wieprzowina	B1, B12, niacyna	Żelazo, cynk	1	1	6	6
Wołowina	B6, B12, niacyna	Potas, fosfor, cynk	1	1	6	12

### Ryby i owoce morza

	Witaminy	Mineraty	Komora chłodnicza*	Easy Fresh*	Bio Fresh*	Bio Fresh Plus*	Zamrażarka**
Dorada	B2, D, E	Potas, magnez	1	1	2	4	3
Dorsz	A, B12, D, E	Żelazo, fluor	1	1	2	4	4
Gładzica	A, D, E	Żelazo, fluor	1	1	2	4	6
Homar	B2, B6, B12, D	Fluor, jod, cynk	1	1	2	4	3
Karmazyn	A, B2, B12, D, E	Potas, fosfor, cynk	1	1	2	4	3
Krewetki	B2, B12, E	Magnez, cynk	1	1	2	4	3
Labraks	A, B12, D, E	Żelazo, fluor, jod	1	1	2	4	6
Łosoś	A, D, E, H	Potas, cynk	1	1	2	4	3
Małże	B2, B12, kwas foliowy	Żelazo, fluor	1	1	3	6	3
Miecznik	A, B2, B12, D	Potas, cynk	1	1	2	4	3
Mintaj	A, B2, B12, D	Żelazo, potas, cynk	1	1	2	4	6
Ostrygi	A, B2, B12, D	Żelazo, fluor	1	1	3	6	3
Pstrąg	A, B2, B12, D, E	Miedź, fosfor, cynk	1	1	2	4	2
Sandacz	A, B2, D, E	Fluor, jod, cynk	1	1	2	4	8
Scampi	B2, B12, E	Żelazo, fluor, jod	1	1	2	4	3
Śledź	B12, D, E	Sód, fosfor	1	1	2	4	2
Sola	A, B2, B12, D	Fluor, jod, cynk	1	1	2	4	6
Tuńczyk	A, B1, B2, D	Potas, wapń, sód	1	1	2	4	3
Turbot	B2, B12, D	Jod, magnez, cynk	1	1	2	4	6
Żabnica	A, B2, B12, D	Fluor, cynk	1	1	2	4	6
Złocica	B1, B2, B5, B6	Wapń, magnez, sód	1	1	2	4	4

Wszystkie informacje mają charakter orientacyjny i w każdym przypadku zależą od gatunku bądź prawidłowego przechowywania bez przerywania łańcucha chłodniczego - od zbioru/producenta aż po umieszczenie w urządzeniu chłodzącym Liebherr. W przypadku produktów spożywczych z terminem przydatności do spożycia obowiązuje zawsze data podana na opakowaniu. Artykuły spożywcze oznakowane - nie nadają się do przechowywania w danej szufladzie.

## Codziennie w dobrej formie, dzięki witaminom i minerałom!

Witamina	Witamina
<b>Witamina A</b>	Produkcja czerwni wzrokowej; nawilżenie błon śluzowych; rozwój kości i zdrowej skóry
<b>Witamina B1</b>	Przekazywanie określonych sygnałów nerwowych między mózgiem a rdzeniem kręgowym
<b>Witamina B2</b>	Odżywienie dla skóry, włosów i paznokci
<b>Witamina B5</b>	Obrońca przed infekcjami przez wytwarzanie przeciwciał; Gromadzenie hormonów antystresowych
<b>Witamina B6</b>	Tworzenie i naprawa tkanki mięśniowej, zdrowej skóry i układu nerwowego
<b>Witamina B12</b>	Wzrost, tworzenie czerwonych krwinek
<b>Witamina C</b>	Budowa i utrzymanie kolagenu; obrona przed infekcjami i gojenie ran
<b>Witamina D</b>	Silna budowa kości
<b>Witamina E</b>	Ochrona dla ścian komórkowych; zaopatrzenie skóry, mięśni i nerwów oraz układu sercowo-naczyniowego
<b>Witamina K</b>	Krzepnięcie krwi, budowa zębów i kości
<b>Kwas foliowy</b>	Naturalna witamina B; rozwój rdzenia kręgowego dziecka
<b>Niacyna</b>	Kontrola produkcji i dostaw energii, zabezpieczanie funkcji układu nerwowego i przewodzenia pokarmowego

Mineraty	Mineraty
<b>Żelazo</b>	Składnik hemoglobiny
<b>Luzor</b>	Twardnienie kości i szklawa zębów
<b>Jod</b>	Utrzymanie tkanki łącznej, łączenie ścięgien i więzadeł, rozwój umysłowy płodu
<b>Potas</b>	Funkcje mięśni i nerwów; równoważona gospodarka wodna i kwasowo-zasadowa
<b>Wapń</b>	Budowa kości i zębów; skurczenie mięśni i krzepnięcie krwi
<b>Miedź</b>	Wytwarzanie koloru włosów i skóry; wzrost i funkcje nerwów
<b>Magnez</b>	Wzrost, utrzymanie silnych kości i zębów; rozluźnianie mięśni; zdrowe serce i układ nerwowy
<b>Mangan</b>	Przyswajanie białka z pożywienia; zdrowe nerwy, mocne stawy, stabilna struktura kości, produkcja hormonów tarczycy
<b>Sód</b>	Zbilansowana gospodarka wodna; optymalna równowaga kwasowo-zasadowa
<b>Fosfor</b>	Wzmocnienie zębów i kości; tworzenie materiału genetycznego
<b>Siarka</b>	Tworzenie chrząstek pośrednich kości, ścięgien i całej struktury kostnej
<b>Selen</b>	Ochrona przed wolnymi rodnikami
<b>Cynk</b>	Wspomaganie gojenia ran; wzmocnienie układu odpornościowego

**LIEBHERR**