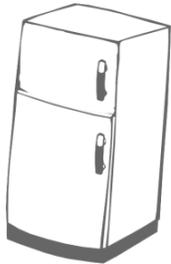


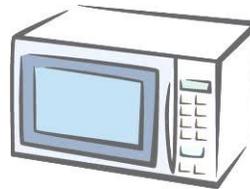
## TÉCNICAS ADECUADAS DE DESCONGELADO



En refrigeración



Como parte del  
proceso de cocción  
(p.ej. congelada para  
freír)



En el microondas,  
si se cocina de  
inmediato



Inmersión en agua  
potable a 70°F o  
menos

**Problema:** Carne, aves, mariscos, etc. descongelados a temperatura ambiente. Esta práctica es extremadamente peligrosa, La superficie de la comida se calienta con rapidez a la zona de peligro (41° F a 135° F) y después de varias horas puede producir suficientes gérmenes o toxinas para causar enfermedades.

**Solución:** Planifique su menú y descongele los alimentos congelados en el refrigerador. Recuerde que los artículos grandes, como los pavos, pueden tardar hasta 72 horas en descongelarse.

Si los alimentos se descongelan en un microondas, deben pasarse de inmediato a una unidad de cocción convencional como parte de un proceso de cocción continuo, ya que pueden calentarse y comenzar a cocinarse durante el proceso de descongelación (llevando los alimentos a temperaturas de “Zona de peligro”).

En una emergencia, los alimentos congelados potencialmente peligrosos, se pueden descongelar con agua potable corriente a 70° F o menos, hasta que se descongelen. Este método es más rápido que la descongelación en refrigerador, pero requiere más atención. La comida debe estar en un paquete a prueba de fugas o en una bolsa de plástico. Si la bolsa tiene fugas, las bacterias del aire o del entorno podrían introducirse en los alimentos, Además, el tejido de la carne puede absorber agua, resultando en un producto acuoso. La bolsa debe sumergirse en agua corriente fría. Si se descongela por completo, la comida debe cocinarse inmediatamente.