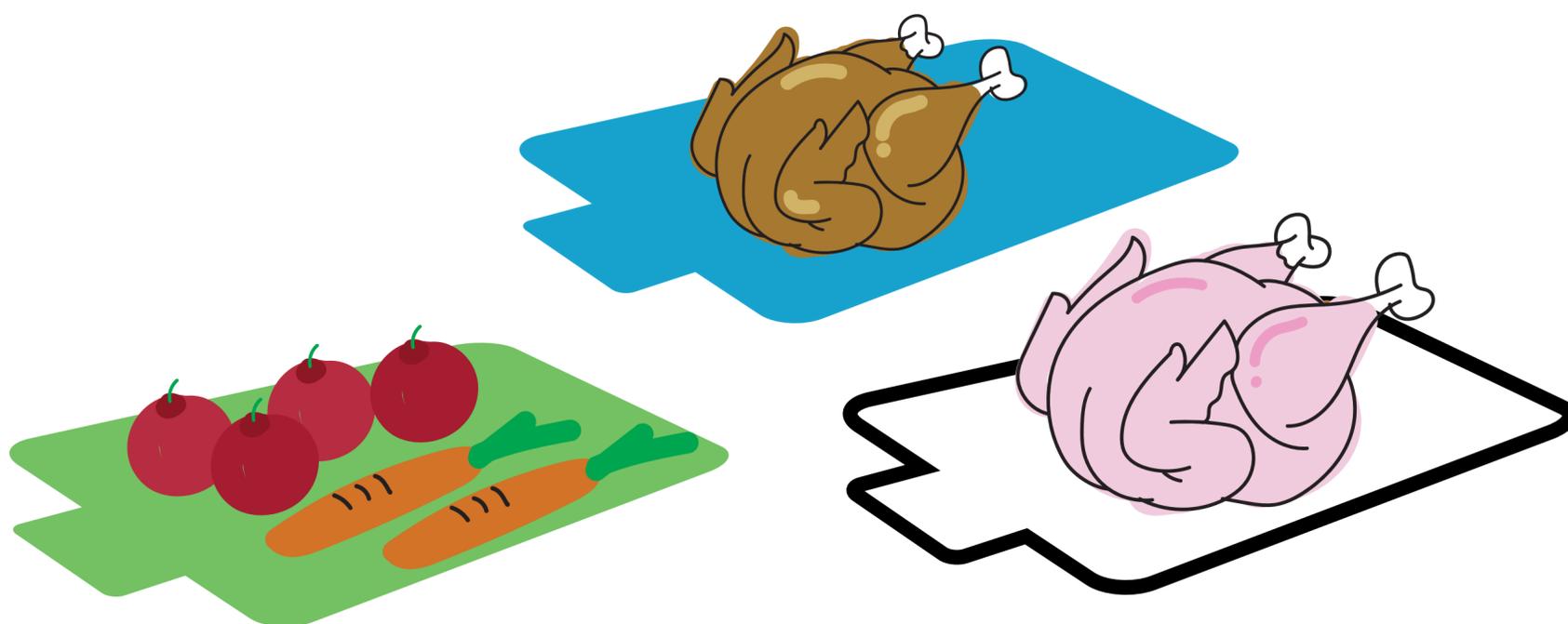


## Contaminación cruzada y temperatura de los alimentos

Los alimentos crudos deben estar separados de los alimentos cocidos. Es importante usar tablas diferenciadas para que la contaminación no suceda, así como también cuchillos y utensilios diferentes para cada tipo de alimento.

Si por ejemplo, tenemos tablas verdes y blancas, podemos usar las verdes para cortar verduras, y las blancas para cortar carnes. El cuchillo que usamos para cortar carnes, no lo usaremos para cortar verduras.



### Los alimentos crudos deben estar refrigerados.

Cuando ya tenemos comida hecha, debemos recordar que:

- Lo que se come frío, se debe mantener frío para que no se descomponga.
- Lo que se come caliente, debe volver a calentarse en caso de que haya quedado a temperatura ambiente, para poder eliminar todos los gérmenes que pudo haber adquirido en ese lapso de tiempo. No debes dejar los alimentos cocidos a temperatura ambiente por más de 2 horas. Si no los consumirán en el momento, es mejor refrigerar, y volver a calentar cuando se comerán.

**Recordá usar tapabocas en todo momento y correctamente, así como también lavarte las manos y no compartir tus utensilios o tu tereré.**