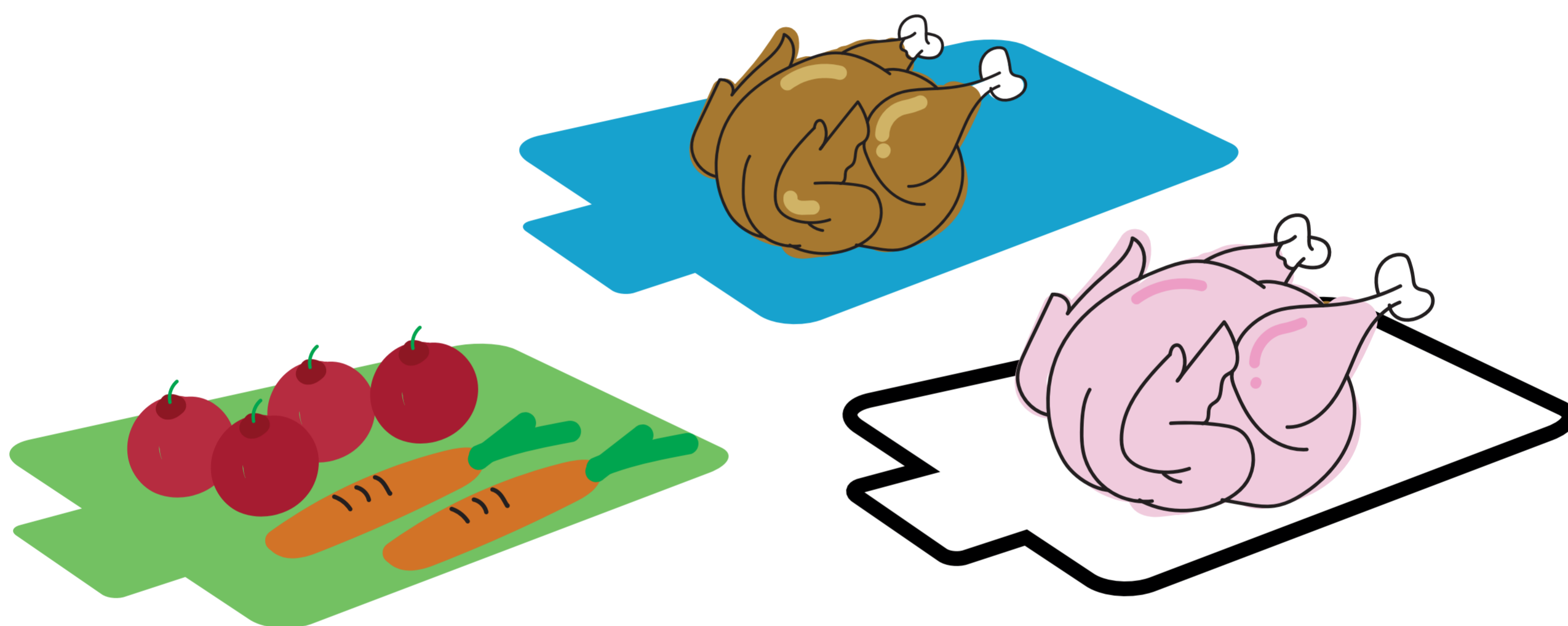


Contaminación cruzada y temperatura de los alimentos

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.