



# Enfriamiento de los alimentos de manera rápida y segura

## Se requiere enfriar en dos etapas para los alimentos calientes.

**Etapas 1:** De 135 °F a 70 °F, en un plazo de 2 horas

**Etapas 2:** De 70 °F a 41 °F, en un plazo de 4 horas

- Los alimentos preparados a temperatura ambiente se pueden enfriar a 41 °F en un plazo de 4 horas, si se van a recalentar.
- Los alimentos listos para comer que son potencialmente peligrosos se deben preparar con ingredientes previamente enfriados.

### Métodos rápidos para enfriar

#### Cacerolas metálicas poco profundas de 2 a 4 pulgadas de profundidad

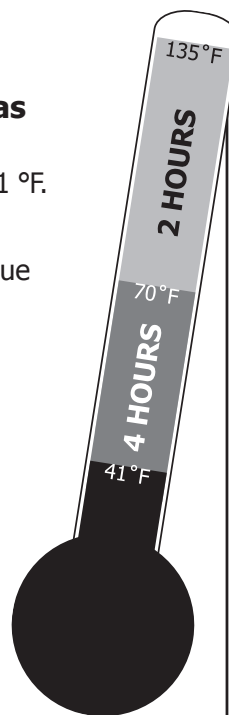
- Tape la cacerola parcialmente hasta que el producto alcance los 41 °F.
- Refrigérela inmediatamente.
- NO apile las cacerolas calientes, sino que deje espacio para que circule el aire.

#### Baño de hielo

- Llene un lavaplatos limpio o una cacerola grande con hielo y agua fría.
- Traslade los productos calientes a los recipientes nuevos (a temperatura ambiente).
- Coloque los productos calientes en el baño de agua helada, asegurándose que su nivel sea por lo menos el mismo del producto.
- Revuelva o agite cada 10 minutos (el uso de una paleta para hielo para revolver reducirá enormemente el tiempo de enfriamiento).
- Una vez que los alimentos alcancen los 41 °F, cubra, coloque una etiqueta con la fecha y ponga a refrigerar.

#### Porciones pequeñas

- Divida los alimentos en cacerolas más pequeñas.
- Sepárelos en porciones más pequeñas (2 pulgadas para alimentos espesos, 4 pulgadas para líquidos claros).
- Corte o rebane porciones de carne no más grandes que 4 pulgadas o 4 libras.



#### Consejos útiles:

- Agregue hielo directamente al producto, como un ingrediente.
- Use un congelador de enfriado rápido.
- Los recipientes de metal enfrían mucho más rápido que los de plástico.
- Cuando enfríe en el refrigerador, use el estante superior.
- Los productos que se encuentren a temperaturas inferiores a 135 °F nunca se deben enfriar a temperatura ambiente.
- Una vez que estén enfriados, cúbralos y póngales una etiqueta con la fecha a los productos.
- Utilice un termómetro limpio para controlar la temperatura de los alimentos.
- Utilice registros de enfriamiento para documentar el enfriamiento de manera adecuada.



702.759.1110 | [www.SNHD.info](http://www.SNHD.info)