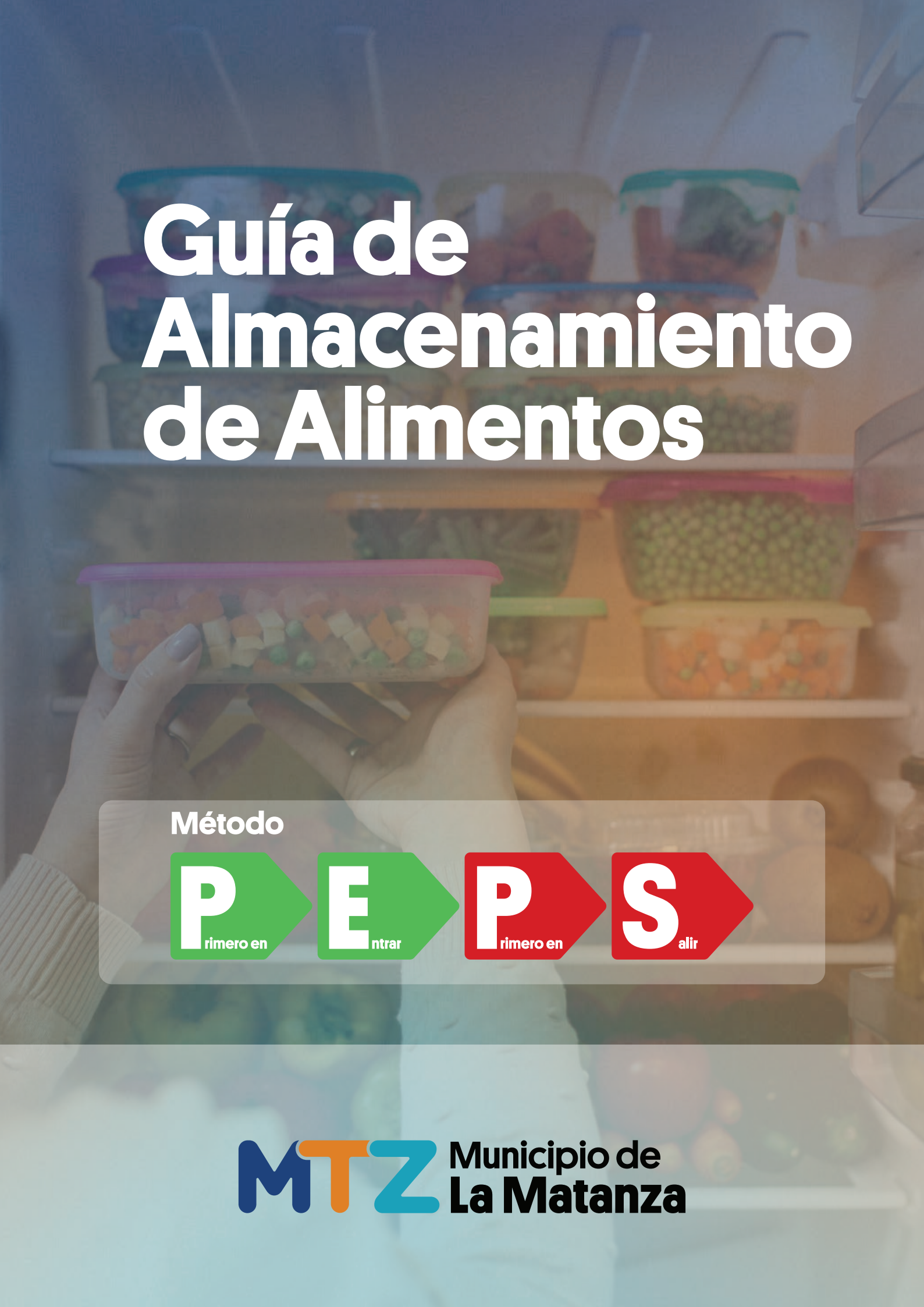


Guía de Almacenamiento de Alimentos

Método

Primero en **E**ntrar **P**rimero en **S**alir

Municipio de La Matanza

Almacenamiento de Alimentos

Objetivos:

- Facilitar las formas correctas de manipulación de alimentos para su adecuado traslado, preparación, conservación y consumo.
- Reforzar la responsabilidad asociada al manejo de alimentos.
- Conocer los conceptos clave para un correcto almacenamiento de alimentos.
- Reconocer los lugares clave de la cocina, instalaciones, diseño, distribución y sus elementos necesarios para trabajar correcta y eficazmente.

Destinatarios:

- Referentes de espacios comunitarios, cocineras y cocineros de comedores y copas de leche de La Matanza, y personas que manipulen y trabajen con alimentos.

Temario:

- Soberanía Alimentaria y Agroecología
- Trazabilidad
- Higiene ambiental y de las instalaciones
- Cocina: Triángulo de trabajo y su correcta distribución
- Manejo integrado de plagas
- Recepción de mercadería
- Recepción de mercadería: “Método PEPS”
- Almacenamiento, conservación y temperaturas seguras
- Climaterio de frutas y verduras
- Preparación y servido

¿Qué es la Soberanía Alimentaria?

Según la Vía Campesina, la Soberanía Alimentaria "es el derecho de los pueblos, de sus países o uniones de Estados a definir su política agraria y alimentaria." [1996]
Esto significa que al ser la alimentación un derecho humano, todas y todos podemos decidir sobre qué comer y saber cómo se producen y distribuyen nuestros alimentos.

Además, la soberanía alimentaria se basa en los principios de la agroecología.

Pero...
¿Qué es la AGROECOLOGÍA?



- Es una mirada integral sobre el ecosistema.
- Plantea la producción agropecuaria a partir del diálogo de saberes entre la academia y el campesinado; entre la tradición y los conocimientos científicos, buscando las tecnologías que permitan producir de forma sustentable y saludable de acuerdo a los dictados de la naturaleza, respetando la diversidad biológica y cultural.
- Es un sistema de producción que

¿Por qué es importante almacenar los alimentos correctamente?

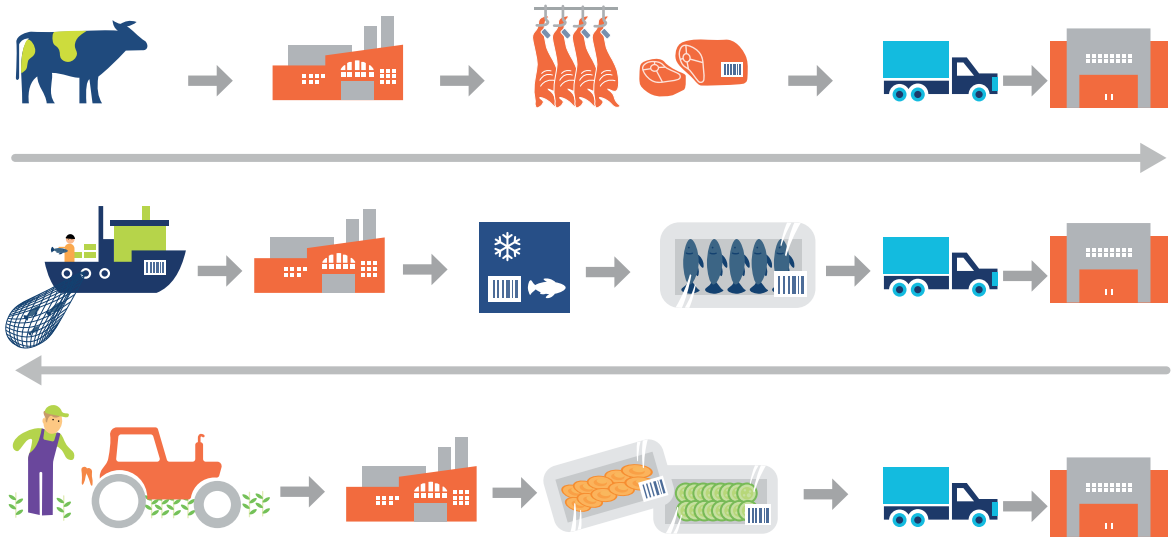
- Seguridad alimentaria: Un almacenamiento adecuado previene el crecimiento de microorganismos que pueden causar enfermedades transmitidas por alimentos (ETAs).
- Calidad nutricional: Conserva las propiedades nutritivas, sabor y textura de los alimentos.
- Reduce el desperdicio de alimentos: Alarga la vida útil de los alimentos, lo que permite aprovecharlos al máximo y minimizar las pérdidas económicas.

Trazabilidad

Según el Código Alimentario Argentino, la trazabilidad es la capacidad para seguir el movimiento de un alimento a través de etapas especificadas de la producción, transformación y distribución. En otras palabras, es el seguimiento del camino que recorre el alimento desde el comienzo de la producción hasta su servicio, comercialización y consumo.

Este procedimiento involucra cada procedimiento de preparación del alimento y cada uno de los pasos implicados que conducen al producto terminado y nos permite identificar posibles peligros significativos para la seguridad alimentaria.

Y si hablamos de Soberanía Alimentaria, luego de tantos intermediarios, en su gran mayoría se termina perdiendo el conocimiento de la procedencia del producto o alimento, por lo cual acercarnos al productor es beneficioso y construye a la soberanía alimentaria. Ya que, por un lado, rompemos con los intermediarios y compramos directamente al fabricante/productor achicando precios (debido a que cada intermediario le agrega un valor mayor al producto) y, por otro lado, conocemos su proceso de producción más de cerca.



Higiene ambiental y de las instalaciones

Recomendaciones en las instalaciones donde se manipulan alimentos:

- Contar con agua potable o conocer el procedimiento para potabilizarla.
- Existen 2 formas de potabilizar el agua (para dejarlas listas para el consumo):

    1- Colocar 2 gotas de lavandina por cada litro de agua y dejar reposar 30 minutos.

    2. Hervir el agua durante 5 minutos y enfriar.

CÓMO POTABILIZAR AGUA EN CASA

Necesitas:



Una franela de algodón o una toalla



Un embudo (puede hacerse uno picando una botella plástica de gaseosa)



Olla, batidor y cloro

PASO 1

FILTRACIÓN



Usar la toalla (doblada) o franela como filtro

PASO 2

HERVIR



PASO 3

AGITACIÓN



Agitar o vertir el agua de un recipiente a otro varias veces

PASO 4

CLORACIÓN



5 gotas de cloro por cada litro

- Mantener limpieza anual de tanques de agua y asegurar que siempre permanezcan tapados (si tenés dudas si el agua de tu instalación es potable, podés consultar con el eje de Soberanía Alimentaria que te guiará a cómo proceder para realizar el estudio correspondiente)
- Evitar superficies y materiales rotos u oxidados.
- Prevenir la presencia de insectos.
- Mantener cerrados los cestos de basura y ubicarlos lejos de las zonas de almacenamiento y preparación de alimentos. Nunca se debe dejar basura en el espacio de un día para otro, principalmente los días de mucho calor.

- Para reducir los residuos, se puede hacer compost con los residuos orgánicos (como las cáscaras de vegetales). Para más información sobre esto, podés asesorarte con el Programa Huertas Matanceras.
- Realizar una correcta limpieza de todas las superficies, elementos y utensilios.
- Contar con trapos limpios para el secado de equipos, superficies y utensilios.
- Tener un lugar exclusivo para el almacenamiento de elementos de limpieza completamente separado de los alimentos.
- Prohibir el ingreso de animales al establecimiento.

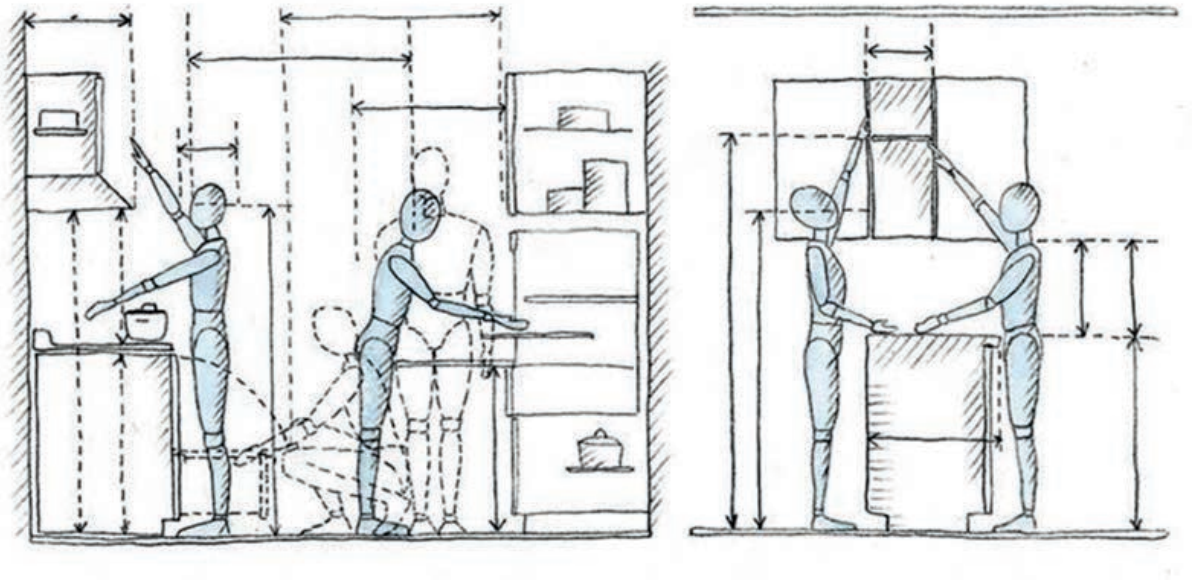
Ahora veamos... ¿Es lo mismo limpieza que desinfección?

- **Limpieza:** Eliminar todos los residuos visibles utilizando agua segura, detergentes y utensilios que nos ayudarán a quitar la suciedad (trapos, cepillos, esponjas, etc.).
- **Desinfección:** Luego de la limpieza, utilizar productos químicos desinfectantes como lavandina para eliminar los microorganismos. Nunca se deberá mezclar lavandina con detergente.

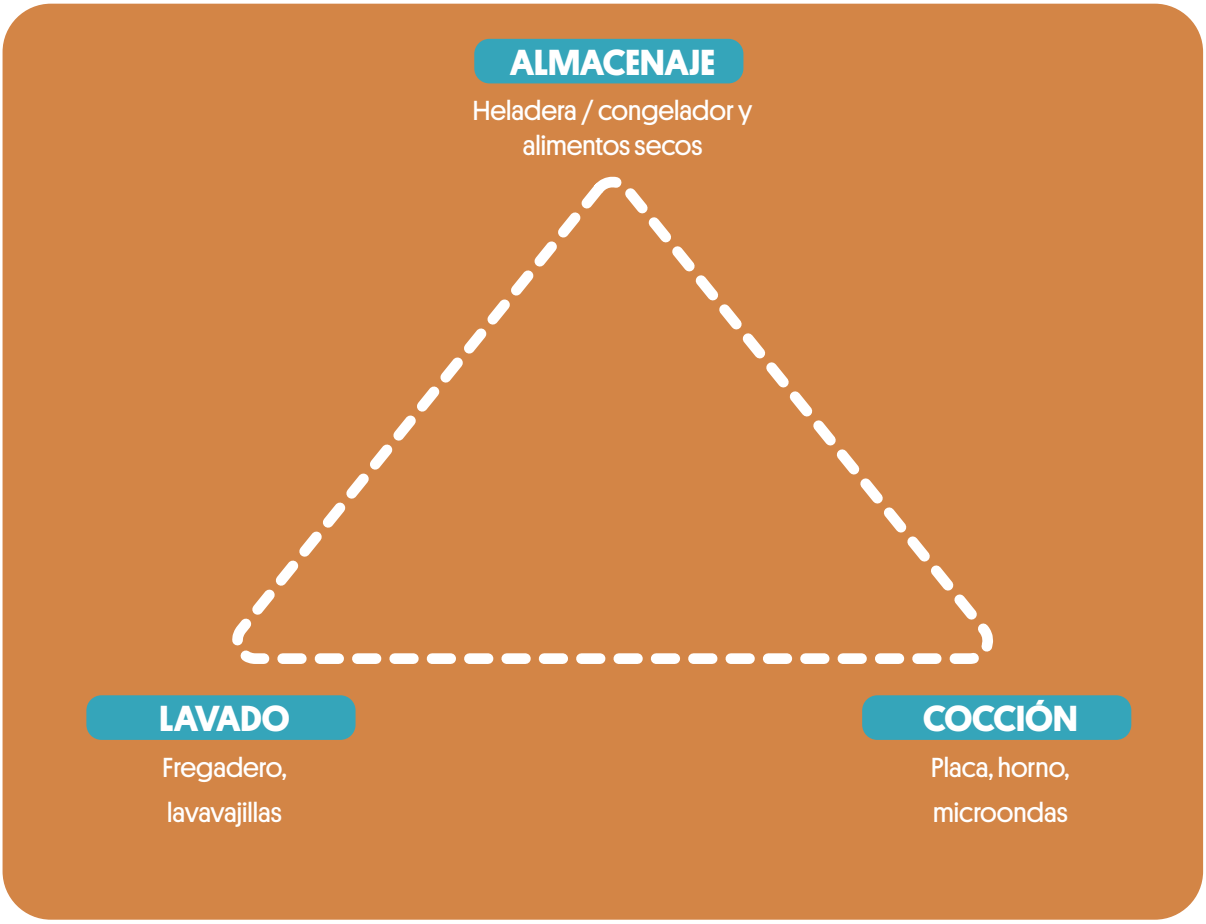


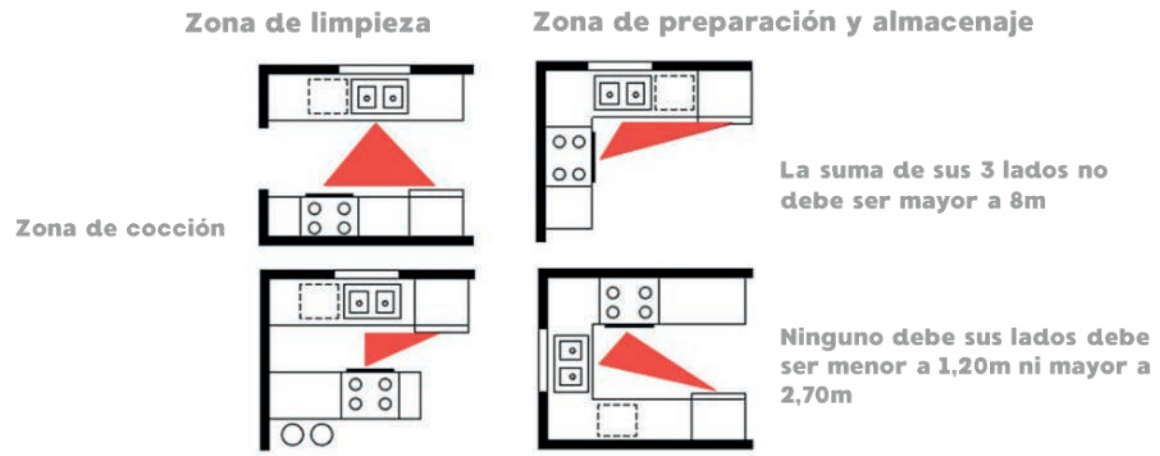
¿Cómo funciona una cocina?

La ergonomía de una cocina engloba todas aquellas medidas que se pueden realizar para adaptar tu cocina a tus necesidades físicas con el fin de que puedas moverte en ella con comodidad.



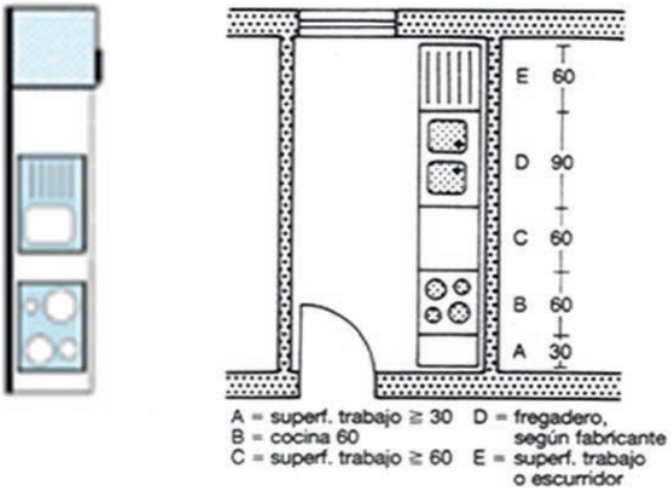
Triangulo de trabajo

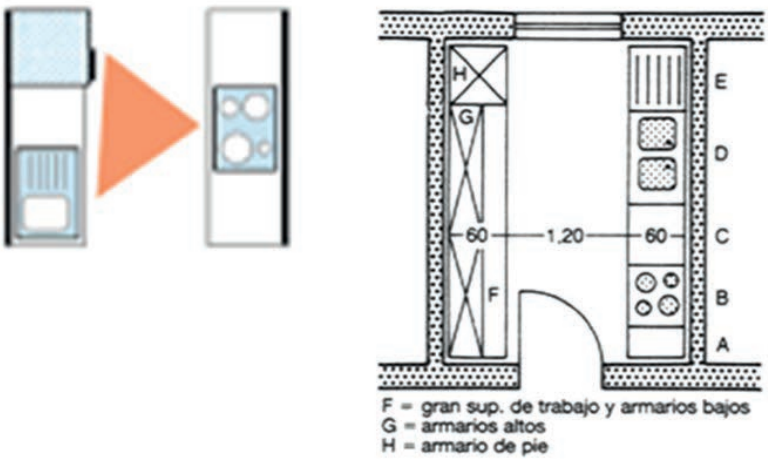




Diseño y distribución

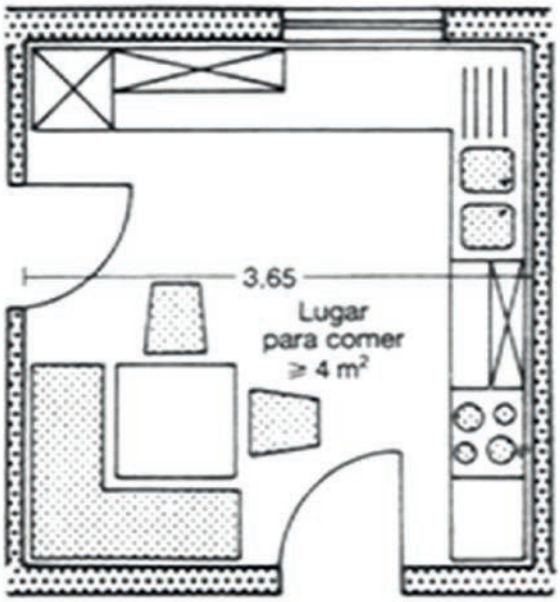
Dsitribución en linea



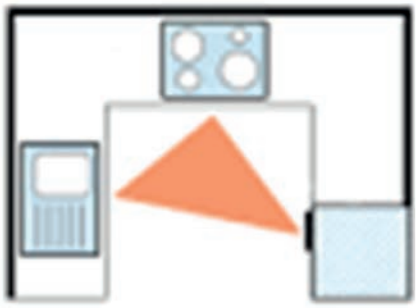


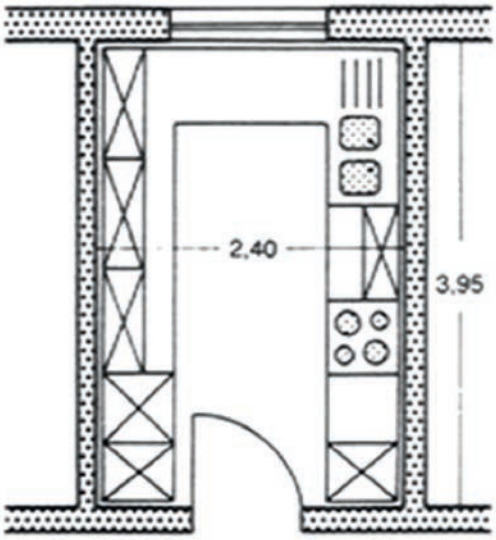
Dsitribución en L



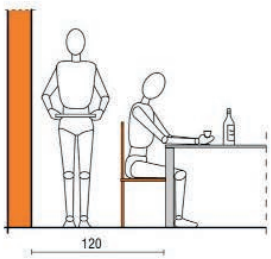


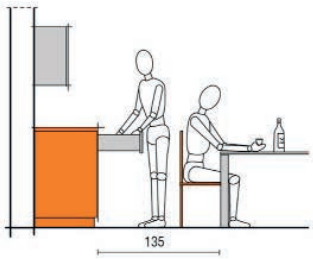
Dsitribución en U





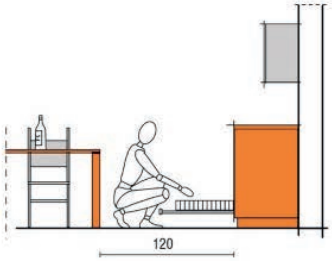
Ergonomía en la cocina

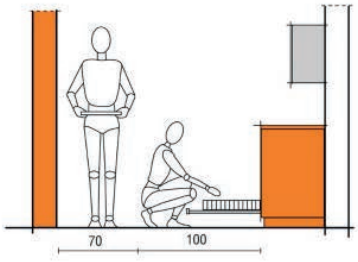




ALTURAS REGLAMENTARIAS

CIRCULACION EN PASILLOS





Higiene


Cómo destapar
EL FREGADERO
INGREDIENTES:
1 tz de Bicarbonato de sodio
2 tzs de vinagre
Agua hirviendo
1 RETIRA todos los restos de comida y agua que queden en el fregadero.
2 VIERTE el bicarbonato a la coladera tapada y agrega el vinagre inmediatamente después. Deja actuar por 10 minutos.
3 VIERTE el agua hirviendo para limpiar los restos de la mezcla.
4 REPITE cuantas veces sea necesario, generalmente con 1 vez basta.
¡MANTÉN TU COCINA LIMPIA Y PON EN PRÁCTICA ESTE REMEDIO!


Cómo quitar
GRASA
DE LA ESTUFA
INGREDIENTES:
1 limón, el jugo
3 cdas de bicarbonato de sodio
Recipiente pequeño
Cuchara
Esponja
Paño húmedo
1 PASA el paño húmedo por todas las hornillas y superficie general de la estufa para limpiar.
2 COLOCA jugo del limón y bicarbonato en el recipiente pequeño y mezcla perfectamente.
3 AGREGA la mezcla sobre los quemadores y encima de la estufa o donde necesites eliminar el cochambre. Deja actuar por unos minutos.
4 Pasado el tiempo, FROTA la esponja para que hagan efecto los componentes.
5 Al final, PASA el paño húmedo para retirar restos y veas como quedaron de limpios.


ALIMENTOS COCIDOS
VS
ALIMENTOS CRUDOS
SEPARAR
LOS ALIMENTOS CRUDOS DE LOS COCIDOS
NO SE
MEZC

Manejo integrado de plagas

Es la utilización de todos los recursos necesarios para minimizar los peligros ocasionados por la presencia de plagas, ejerciendo todas las tareas necesarias para garantizar la eliminación de los sitios donde los insectos y roedores puedan anidar y/o alimentarse.

Para su aplicación hay que seguir las siguientes etapas:

Identificación de sectores de riesgo

- Posibles sectores de ingreso: agua estancada, pasto alto, terrenos baldíos, instalaciones vecinas, desagües, rejillas, cañerías, aberturas, ventilación, extractores, materias primas, etc.
- Potenciales lugares de anidamiento: grietas, cañerías, cajas de luz, estructuras colgantes, desagües, piletas, espacios entre equipos, etc.
- Fuentes de alimentos, alimentación: restos de suciedad, desechos, productos vencidos, agua estancada, depósitos, etc.
- Plagas presentes: nidos, excrementos, plumas, huevos, daños, pisadas, pelos, sendas, madrigueras.

Es importante registrar la presencia o no de plagas y su evolución en las distintas zonas críticas determinadas.





- Eliminar restos de comida y grasa.
- Limpieza de suelos, bajo mesadas, máquinas, desagües.
- Recoger trapos, delantales, servilletas y manteles sucios.
- Descartar cajas de cartón y madera.
- Mantener las puertas cerradas.
- No almacenar nada sobre el suelo.
- Si existiesen plagas, una vez conocido el tipo de plagas, se procede a la aplicación de productos autorizados por personal capacitado.

Recepción de alimentos

La recepción de alimentos es una etapa clave dentro de la seguridad alimentaria.
Si tenemos los cuidados necesarios durante esta etapa, es mucho más fácil mantener la calidad de los alimentos tanto en el almacenamiento como en la elaboración.

Les recomendamos armar una grilla con la fecha, datos de quién lo recibe y el stock que tiene en cada espacio para llevar un mejor control del mismo. (Al finalizar, les dejamos un modelo)

Para realizar una correcta recepción, se deberá:

- Asignar una persona que se encargue exclusivamente de la recepción.
- Asegurar un espacio disponible en áreas de almacenamiento.
- Realizar una inspección visual.
- Verificar color, olor, condiciones y rotulado de los envases.
- Evitar que los alimentos no toquen el suelo.
- Recibir solo alimentos que se encuentren en buenas condiciones y cumplan con las especificaciones.

¿QUÉ COSAS SE DEBEN TENER EN CUENTA SEGÚN CADA ALIMENTO?

CARNES ROJAS:

Deben ser transportadas en camiones adecuados. La temperatura a la hora de la recepción no debe superar los 7 °C. Debe poseer aspecto brillante, olor fresco, sin piel ni vísceras. Una vez recibidas, se deben almacenar inmediatamente.

POLLOS:

se recibirán a temperatura menor a 3 °C, piel lisa, blanda y elástica, color amarillo pálido rosáceo hasta amarillo intenso. Antes de almacenar, se debe retirar de su bolsa original si es que la posee y eliminar líquidos que luego puedan esparcirse.

CONSERVAS EN LATAS:

Rechazar y descartar toda lata que:

- Posea sus extremos hinchados (puede ser gas producido por acción de la bacteria causante del botulismo) o se encuentra oxidada.
- Presentes signos de pérdidas (alimento derramado en los bordes, por ejemplo).
- Presente color, olor o textura anormal, espuma o líquido blanquecino (que no sea parte natural del producto).

Almacenamiento de alimentos: Metodo



-Todos los productos secos que se almacenen en el establecimiento deben tener la fecha de vencimiento visible, y deben estar ordenados de tal forma, que delante de todo están los productos más próximos a vencerse. De esta forma, se evita el desperdicio de alimentos.

-En el caso de los alimentos que se refrigeran y se congelan, se les debe colocar un papel o cinta que indique la fecha en la que fue guardado. De esta forma, usaremos primero los alimentos más próximos a deteriorarse (los primeros que se guardaron).

Técnicas de almacenamiento:

- Primero entra, primero sale (PEPS): primeras entradas, primeras salidas
- Etiquetado: fecha de recepción, fecha de vencimiento, identificación del producto
- Rotación de stock: alimentos con mayor fecha de vencimiento al fondo
- Empaque y envasado: protección de los alimentos contra la contaminación

Con respecto al almacenamiento de los alimentos, es fundamental cumplir con las siguientes condiciones:

- Contar con la capacidad de almacenamiento suficiente.
- Cada grupo de alimentos debe tener su propio lugar.
- Orden, sobre todo cuando la capacidad de almacenamiento es pequeña.
- Higiene.
- Etiquetar e identificar con nombre y fecha.
- Ningún producto debe almacenarse sobre el suelo.

Conservación de alimentos

Tipos de alimentos y su almacenamiento:

1. Alimentos frescos (no perecederos): frutas, verduras, carnes, lácteos
2. Alimentos congelados: carnes, verduras, frutas
3. Alimentos secos (perecederos): cereales, legumbres, harinas, enlatados

1 ALIMENTOS FRESCOS:

Temperatura: La mayoría de los alimentos frescos deben almacenarse a temperaturas de refrigeración (entre 0°C y 4°C) o congelación (-18°C o menos).

-No dejar alimentos cocidos, por ejemplo, guisos o carnes, a temperatura ambiente por más de 2 horas.

Humedad: Se debe mantener una humedad relativa adecuada para evitar que los alimentos se deshidraten o enmohezcan.

Circulación de aire: Es importante que haya una buena circulación de aire para evitar la acumulación de gases y condensación.

Limpieza: Los espacios de almacenamiento deben mantenerse limpios y libres de plagas.

Protección: Los alimentos deben almacenarse protegidos de la luz, el aire y los insectos. Enfriar lo más pronto posible los alimentos cocinados que no se van a consumir en el momento (a menos de 5° C en heladera) para evitar que se contaminen.

Almacenamiento de grupos específicos de alimentos frescos
Frutas y verduras:

- Deben almacenarse en el cajón de verduras del refrigerador.
- Es importante lavarlas bien antes de guardarlas.
- Algunas frutas y verduras, como las papas, cebollas y ajos, pueden almacenarse a temperatura ambiente.
- Se debe evitar almacenar frutas y verduras juntas que produzcan etileno, como manzanas y bananas, ya que esto puede acelerar su maduración.

Carnes, pollos, cerdos y pescado:

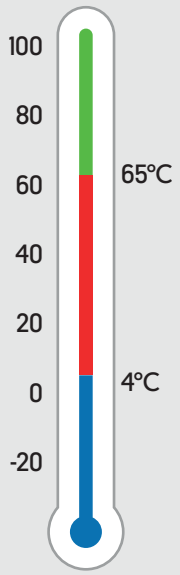
- Las carnes deben estar separadas del resto de los alimentos en un cajón de la heladera y en el fondo, si lo posee, o en recipientes abiertos sin rajaduras que puedan provocar pérdida de líquidos y contaminar otros alimentos.

Alimentos refrigerados (heladera)
Lácteos

- Los alimentos frescos (como la carne, el pollo, el cerdo, la leche líquida o la leche en polvo reconstituida) tienen que estar correctamente refrigerados para evitar la formación de microorganismos que nos pueden enfermar.
- Deben almacenarse en la parte más fría del refrigerador.
- La leche fresca debe consumirse dentro de los 7 días de su compra.

Huevos

- Deben almacenarse en el refrigerador
- No se deben lavar para al guardarlos para evitar eliminar la película protectora natural que recubre al huevo, se deben lavar solo antes de consumir.
- No deben almacenarse a temperatura ambiente.



ZONA CALIENTE
Los tratamientos por calor destruyen las bacterias

ZONA DE PELIGRO
Las bacterias se multiplican rápidamente a temperatura corporal

ZONA FRÍA
Las bacterias dejan de multiplicarse pero no mueren

2 ALIMENTOS CONGELADOS:

- La temperatura ideal para un congelador es de -18°C (-0°F) o menos. Es importante monitorear la temperatura del congelador regularmente.
- Colocar siempre los alimentos en envases no muy profundos (5 cm) y en pequeñas porciones (fraccionados). No se recomienda congelar piezas enteras, principalmente de carne o pollo. No descongelar los alimentos a temperatura ambiente. Descongelar en la heladera o someterlos directamente a cocción. Considerar que trozos grandes de alimentos pueden necesitar hasta 48 horas en la heladera para descongelarse completamente.
- No sobrecargue el congelador, ya que esto puede afectar la circulación del aire frío y aumentar la temperatura.
- No colocar nunca los alimentos en envases de Telgopor. Este material es aislante térmico, y el frío no llegaría correctamente al alimento (sucede también en la heladera).
- No colocar nunca los alimentos en envases de vidrio, ya que pueden romperse al expandirse el contenido durante la congelación.
- Descongele el congelador regularmente para eliminar la acumulación de hielo, que puede afectar la eficiencia y la temperatura.

DESCONGELACIÓN DE ALIMENTOS

- **Descongele los alimentos**, en la heladera o en el microondas.
- **No descongele los alimentos a temperatura ambiente**, ya que esto puede fomentar el crecimiento de bacterias.
- **Cocine los alimentos descongelados inmediatamente** o dentro de los próximos días.
- **No vuelva a congelar los alimentos que ya se han descongelado.**
  -Si un alimento cocido se descongela, ya no se podrá volver a congelar de ninguna forma, ya que esto podría conducir al desarrollo de microorganismos.





CONGELACIÓN DE ALIMENTOS

- Congele los alimentos frescos lo antes posible después de su compra o cosecha.

  Lave y seque bien los alimentos antes de congelarlos.

- Blanquee las verduras antes de congelarlas para prolongar su vida útil y preservar su calidad.

- Enfrié los alimentos cocidos completamente antes de congelarlos.
  -Si un alimento crudo se congela, la única forma de volver a congelarlo es si se cocina previamente.

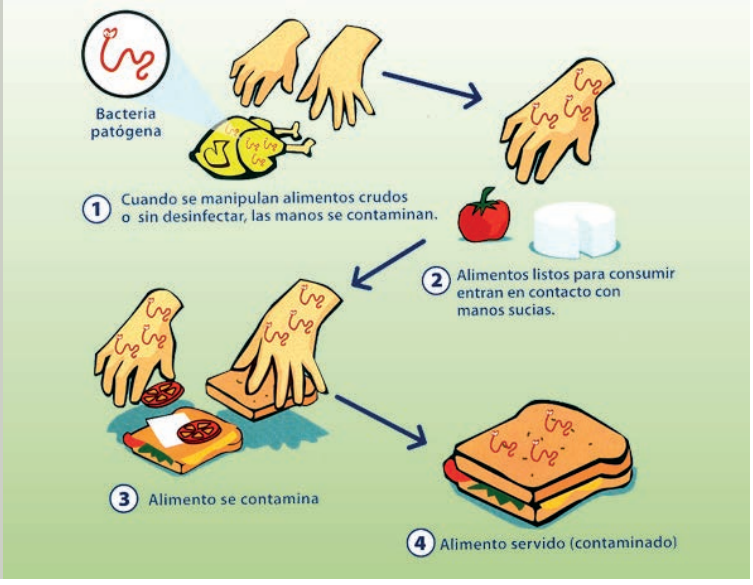
- Deje espacio libre en los recipientes para que los alimentos se expandan durante la congelación.

Tiempo máximo de almacenamiento	Refrigerado (healdera)	Congelado
Carnes crudas (pollo, cerdo, vaca, pescado)	Hasta 3 días	Hasta 6 meses
Carne picada (cruda) *	Hasta 2 días	Hasta 2 meses
Carnes cocidas (pollo, cerdo vaca)	Hasta 2 días	Hasta 3 meses
Carnes picada (cocida) *	Hasta 2 días	Hasta 4 meses
Pollo crudo presas	Hasta 2 días	Hasta 9 meses
Guisos cocidos con carne o pollo, comidas listas para consumir, salsas y caldos	Hasta 2 días	Hasta 3 meses

*La carne picada no es recomendable en niños/as menores de 5 años debido a que, al picarla, aumenta su exposición a microorganismos dañinos para la salud.

¿Cómo es un correcto orden en la heladera?

EVITAR LA CONTAMINACIÓN CRUZADA





3- ALIMENTOS SECOS (NO PERECEDEROS):

Condiciones generales de almacenamiento

- **Temperatura:** La temperatura ideal para almacenar alimentos secos se encuentra entre 10°C y 20°C. Evitar temperaturas extremas, tanto de calor como de frío.

- **Humedad:** La humedad relativa debe mantenerse entre 50% y 60%. Un ambiente excesivamente húmedo favorece el crecimiento de moho y bacterias, mientras que uno seco puede provocar que los alimentos se deshidraten.

- **Ventilación:** Es importante que el lugar de almacenamiento esté bien ventilado para evitar la acumulación de olores y la proliferación de microorganismos.

- **Oscuridad:** Almacenar los alimentos secos alejados de la luz solar directa, ya que esta puede deteriorar la calidad de los mismos.

- **No colocarlos sobre el piso:** se deben colocar en el estante correspondiente. En caso de no contar con lugar, colocar sobre pallets elevados del suelo para que no tengan humedad y cubrirlos con la superficie con algún nylon o tela.

  * Importante: colocar los más pesados por debajo y evitar romper el material de productos

Organización del espacio

- **Ubicación:** El área de almacenamiento debe estar ubicada lejos de fuentes de calor, humedad y zonas con riesgo de inundaciones.

  El lugar donde se almacenan los alimentos debe encontrarse en condiciones y ordenado, para evitar la presencia de plagas o roedores. En lo posible, debe ser un lugar que no esté muy expuesto al sol.

- **Limpieza:** Mantener el área limpia y libre de polvo, suciedad y residuos. Cerrar bien todos los recipientes y limpiar todos los derrames inmediatamente para evitar la presencia de plagas como ratas o cucarachas.

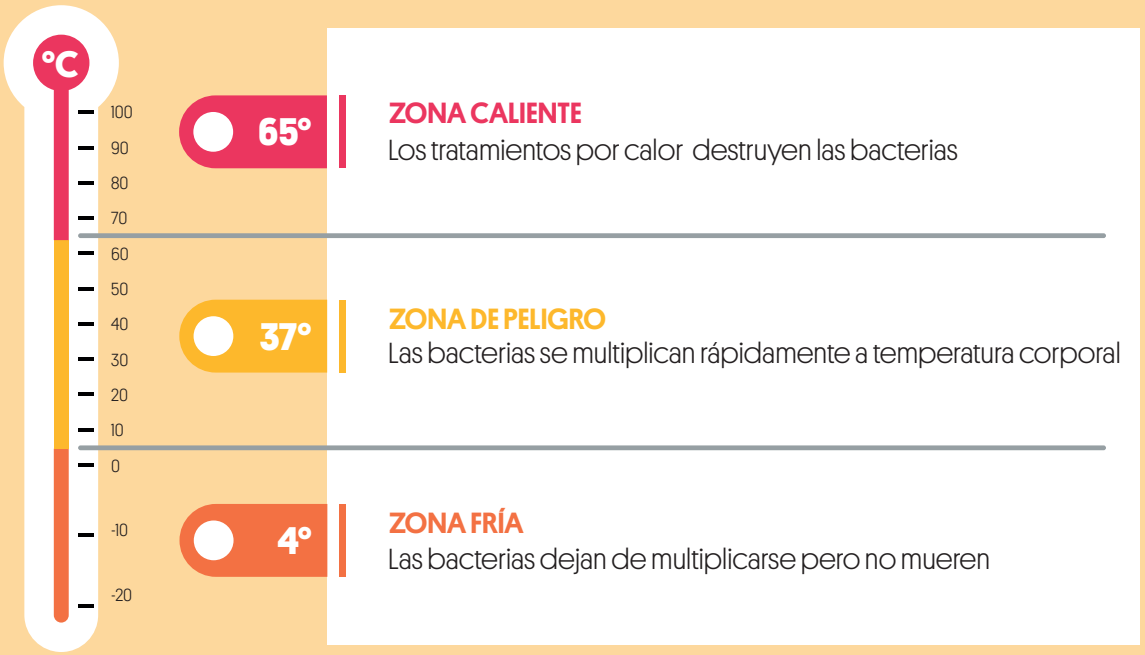
- **Orden:** Organizar los alimentos por tipo, utilizando estantes, cajones o contenedores adecuados. No se deben almacenar los productos en el piso. Siempre deben estar en estantes de fácil limpieza, separados de las paredes y del piso a una altura de 14 cm o más.

- **Etiquetado:** Etiquetar los contenedores con el nombre del alimento, la fecha de compra o recepción y la fecha de vencimiento.

  Mantener los productos en su envase original y bien cerrados. De lo contrario, se deben guardar en envases aptos para alimentos, pegando o copiando siempre la etiqueta original con la información nutricional, los ingredientes y la fecha de vencimiento.

MANTENER LOS ALIMENTOS COCIDOS O QUE REQUIEREN REFRIGERACIÓN A TEMPERATURAS SEGURAS. SI SE ENCUENTRAN EN LA ZONA DE PELIGRO [T° AMBIENTE] LAS BACTERIAS SE MULTIPLICARÁN RÁPIDAMENTE.

ALMACENAMIENTO DE ALIMENTOS



Tener en cuenta...
¡SEPARAR LOS ALIMENTOS CRUDOS DE LOS COCIDOS!

Comprometiéndonos con la seguridad alimentaria y la preservación de cada ingrediente en la mesa, destacamos la importancia de separar alimentos crudos y cocidos. Este acto va más allá de la práctica culinaria, constituyendo un pilar fundamental para garantizar la integridad de los alimentos y la salud de los/as consumidores/as.

- Separar siempre los alimentos crudos de los cocidos y de los que están listos para consumir.
- Realizar un correcto lavado de utensilios y tablas luego de manipular carnes y otros alimentos crudos.
- Conservar los alimentos en recipientes separados para evitar el contacto entre crudos y cocidos o listos para consumir.

MODELO DE GUÍA DE PLANILLA

Recepción de alimentos comedor: _____

Fecha	Tipo de alimento	Fecha de vencimiento	Cantidad de stock	Condición de almacenamiento	Responsable	Observación

Aclaraciones:

- **Tipo de alimento:** frutas, verduras, carnes, lácteos, etc.
- **Cantidad:** en unidades o kilogramos.
- **Condiciones de almacenamiento:** refrigerado, congelado, temperatura ambiente.
- **Observaciones:** estado del alimento, daños, etc.
- **Responsable:** nombre de la persona responsable del almacenamiento.

Recomendaciones:

- Utilizar un código de colores para identificar los diferentes tipos de alimentos.
- Incluir una columna para indicar la cantidad de alimentos que se consumen diariamente.
- Llevar un registro de las temperaturas de almacenamiento.
- Realizar limpiezas periódicas del área de almacenamiento.
- Capacitar al personal sobre las prácticas correctas de almacenamiento de alimentos.

CLIMATERIO DE FRUTAS Y VERDURAS

No todas las frutas y verduras maduran igual. Algunas se cosechan verdes y siguen su maduración después y son llamadas frutas y verduras "climatéricas". Otras, hay que cosecharlas en su justo punto de madurez, ya que luego no lo harán y acabarán pudriéndose; estas son las "no climatéricas".

Frutas y verduras climatéricas

Algunas frutas y verduras como las manzanas, peras, bananas, tomates, duraznos y ciruelas maduran después de la cosecha, aumentando entonces su producción de etileno, un gas que estimula la maduración. El climaterio, en realidad, es una fase de especial intensidad respiratoria que tienen estas frutas y verduras y de ahí su nombre: frutas climatéricas.
Maduración de frutas y verduras climatéricas:

- **Manzana:** En su punto óptimo de consumo, su carne es firme y la piel solo se arruga ligeramente al presionarla. Si se recoge muy verde, se puede acelerar la maduración con una temperatura de conservación mayor.

- **Melón:** si está maduro, debe resultar pesado en comparación a su tamaño. Huele bien, sin llegar a tener un olor muy fuerte. Si se sacude y se oye agua, está pasado.

- **Pera:** presentan mejor calidad cuando se cosechan ligeramente verdes. Se pueden madurar manteniéndolas una semana a más de 20° C y para acelerar el proceso se pueden juntar con otros frutos que también estén madurando.

- **Banana:** si está inmadura, la pulpa es dura, poco jugosa, insípida y muy áspera. Se puede acelerar la maduración juntándose con peras y manzanas que se estén madurando. Refrigeradas, la piel se pone negra, pero el interior no se daña.

- **Sandía:** la mancha clarita en una parte de la corteza no es síntoma de inmadurez, es la parte que ha estado apoyada sobre la tierra durante el crecimiento. Para saber si está para comer, se pone la sandía junto al oído, se aprieta un poco y la pulpa debe crujir.

- **Tomate:** si está verde, no debe guardarse en la heladera. Para que madure hay que mantenerlo a 20° C y protegerlo de la luz, porque la luz transforma la clorofila (pigmento de color verde que se halla en hojas y tallos de muchos vegetales) en pigmentos rojos, lo que no significa que esté maduro.

- **Durazno:** cuando está verde tiene aspecto lanoso y se puede dejar un par de días a temperatura ambiente. No aumentará su dulzor, pero mejorará su olor, sabor y gusto. El tono amarillento significa que ya está listo para consumir.

Frutas y verduras no climatéricas

Cítricos, cerezas, frutillas, ananá, higos, uvas y choclo, son, entre otras, frutas y verduras no climatéricas. En general, estos necesitan madurar en la planta y deben recolectarse cuando han alcanzado su grado de madurez óptimo y se han desarrollado por completo sus cualidades organolépticas como sabor, olor, textura.

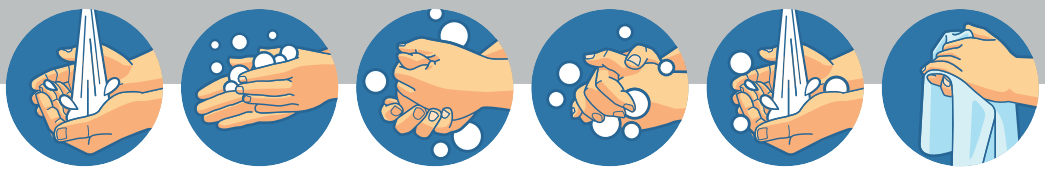
PREPARACIÓN Y SERVIDO

El descuido en el control adecuado de la temperatura de los alimentos es una de las causas más frecuentes de Enfermedades de transmisión de alimentos (ETAs). Los alimentos preparados en gran cantidad o con mucha anticipación al día en que serán servidos generalmente tienen un proceso de elaboración extenso. Estos alimentos probablemente pasan reiteradamente por temperaturas comprendidas en la zona de riesgo (como se detalla anteriormente en la imagen del termómetro). La clave para hacer un manejo seguro de los mismos es minimizar el tiempo en que el alimento está en temperaturas dentro de la zona de peligro.

El servido se efectuará lo más cerca posible del momento de la preparación. Los platos se deben trasladar tapados desde la cocina hasta el sitio en que se consumen.
Cuando se trate de platos que se consuman fríos, deben mantenerse hasta el momento del servido entre 3°C y 7°C y los que se consumen calientes, a 70°C o más.

Otras recomendaciones que hacen a las Buenas Prácticas:

- Lavarse correctamente las manos y antebrazos antes y después de cocinar.



- Limpiar la mesada de trabajo con alcohol al 70% antes de comenzar a trabajar.



- Higienizar todo el espacio una vez finalizado la jornada y retirar la basura todos los días.



EVITEMOS JUNTAS/OS LAS ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN ALIMENTARIA (ETA) SIGUIENDO LAS RECOMENDACIONES

DESECHOS DE VERDURAS



Compostar es transformar los residuos orgánicos (cáscaras de frutas, restos de verduras, cáscaras de huevos, yerba, té, café, hueso molido, hojas de poda, pasto seco, papel, bosta de caballo, guano de gallina, conejo, cabra, oveja, hojas, etc.) en material valioso para la nutrición del suelo.

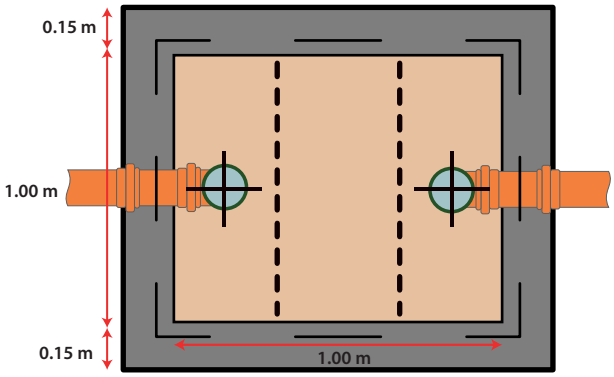
¿Cómo lo hago?

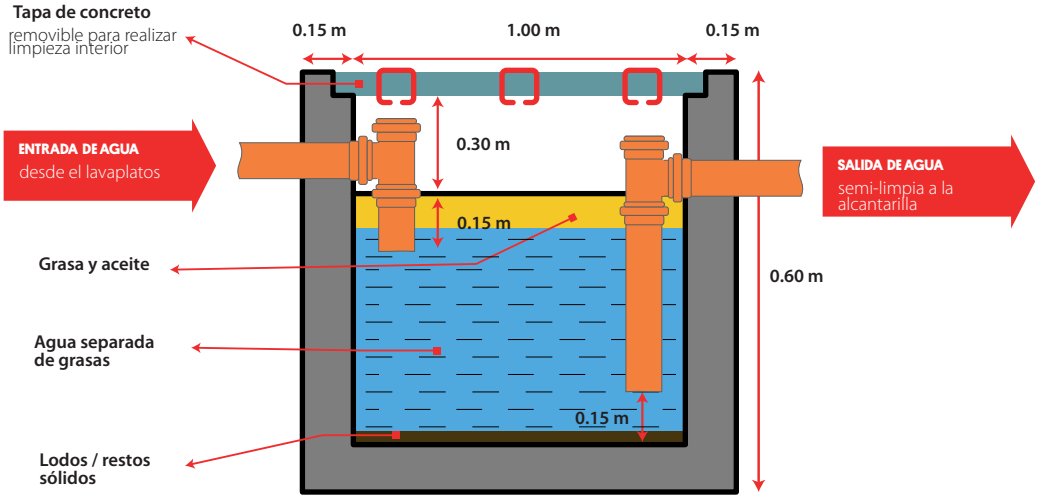
Armando una montaña formada por capas de distintos componentes (pasto, restos orgánicos, hojas secas, tierra, pasto), regar y remover.



TRAMPA DE GRASAS

Estan diseñadas para evitar que las grasas y aceites lleguen a los desagues lo cual puede provocar problemas a largo plazo ya que la grasa hace que se obstruyan los drenajes. Generalmente son fabricadas en acero o cementosus dimensiones irán en proporción a las necesidades de cada establecimiento





¿Dónde deben colocarse?

Las trampas de grasa deben colocarse próximas al artefacto que abastecen; en ese sentido, deben ir cerca de los lavaderos de cocina.

Importante para su instalación: Respecto a la instalación de trampas de grasa, es necesario que en el desagüe de su parte posterior exista un sifón, ya que este contribuirá a que los malos olores no invadan el local en el que esté instalado. También es importante que cuente con un drenaje que facilite su limpieza posterior.



Camara tradicional



Camara fibrocemento



Pileta camara desengrasadora 110x63 awaduct

AWADUCT
PERFECTO.ETERNO.

Medidas
Alto 29cm
Diametro 29cm





Camara desengrasadora 40 x 50 PVC TRAMPA PLASTICA





