

# CONGELACIÓN

La congelación impide el crecimiento microbiano en los alimentos, pero normalmente no elimina todos los microorganismos. Una descongelación inadecuada ofrece a las bacterias supervivientes la oportunidad de crecer hasta alcanzar cantidades perjudiciales y/o producir toxinas. Aquí se indican algunos métodos para una descongelación adecuada:

## EN EL REFRIGERADOR



Coloque los alimentos en el refrigerador un día o días antes de su preparación.

## SUMERGIDO BAJO AGUA CORRIENTE



Utilice agua fría. Menos de 4 horas. Los alimentos no pueden superar los 41°F

## COMO PARTE DEL PROCESO DE COCCIÓN



Los alimentos descongelados en el microondas deben cocinarse inmediatamente.



Corte o haga un agujero en el envase

Retire del envase original

Solo si el envase indica "MANTENER CONGELADO"



**NO LO DEJE A TEMPERATURA AMBIENTE**



**NO LO DEJE EN AGUA ESTANCADA**