

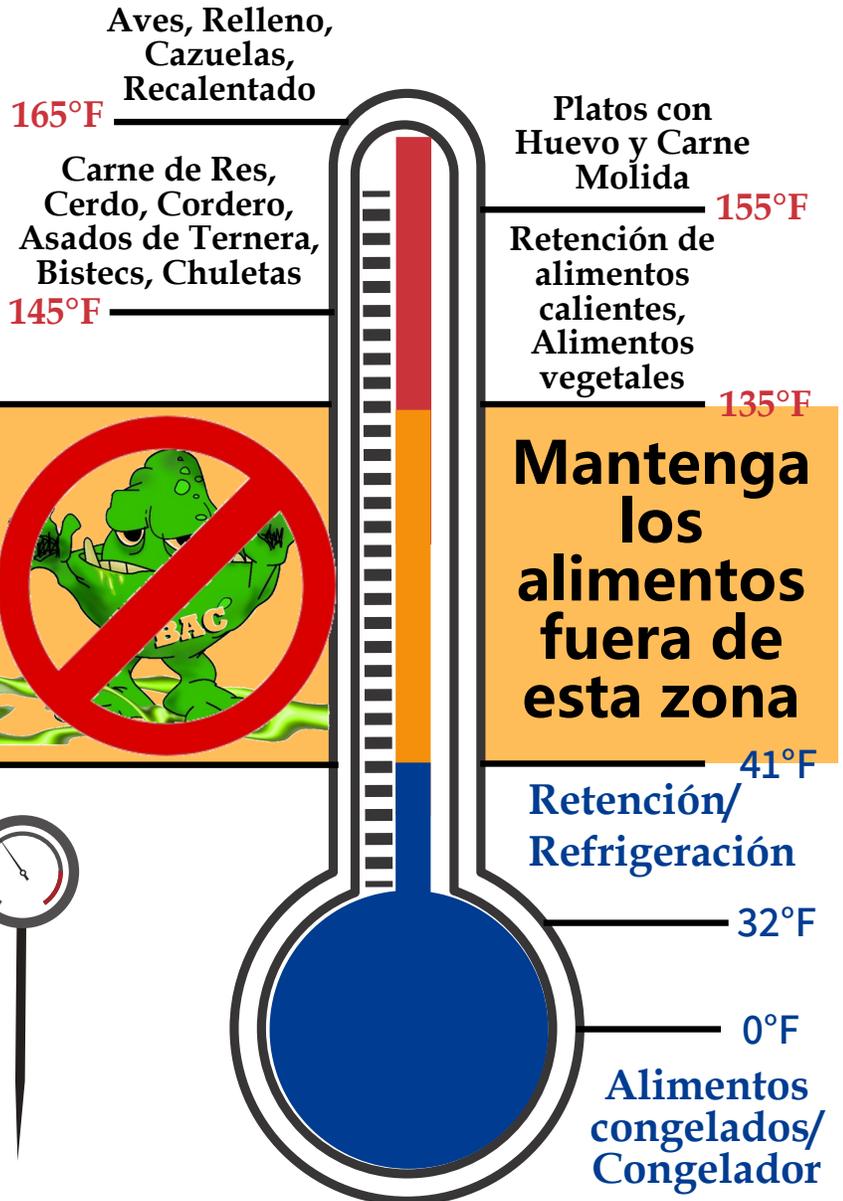
# PLAN DE PREVENCIÓN EN ZONA PELIGROSA

Los alimentos se cocinan de manera segura cuando alcanzan una temperatura interna lo suficientemente alta para matar las bacterias dañinas que causan enfermedades transmitidas por los alimentos. Use un termómetro para alimentos para medir la temperatura interna de alimentos cocidos. Refrigere alimentos rápidamente porque las temperaturas frías reducen el crecimiento de bacterias dañinas. Los microbios que causan enfermedades crecen rápidamente entre 70°F y 125°F.

**"Zona de Peligro"**  
**41°F - 135°F**

Cocine, refrigere, y mantenga todos los alimentos a estas temperaturas internas mínimas, medidas con un termómetro para alimentos. Cuando le esté tomando la temperatura a alimentos que mantienen calor o frío y a alimentos refrigerados, asegúrese de anotarlos en un libro de registros o facturas.

## Temperatura Interna Mínima



### ALIMENTOS CON MAYOR PROBABILIDAD DE NO SER SEGUROS PARA EL CONSUMO

- Leche & Productos Lácteos
- Carne (res, cerdo, cordero)
- Tofu, otras proteínas a base de soya, e ingredientes sintéticos.
- Melón cortado, tomates cortados y verduras de hojas verdes cortadas
- Mezclas de ajo y aceite no tratadas
- Aves
- Mariscos y crustáceos
- Alimentos vegetales tratados con calor (arroz cocido, frijoles, y vegetales)
- Huevos crudos con cascara (no pasteurizado & tratado para Salmonella)
- Brotes y semillas de brotes

# PLAN DE PREVENCIÓN EN ZONA PELIGROSA

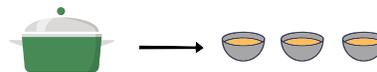
## ENFRIAMIENTO

- Los alimentos deben ser enfriados usando un proceso de 2 etapas
- 1. **Enfríe de 135°F to 70°F dentro de dos (2) horas usando métodos de enfriamiento agresivos**
- 2. **Enfríe de 70° to 41° dentro de cuatro (4) horas**

## RECALENTAMIENTO

- Los alimentos deben de ser recalentados a 165°F dentro de dos horas para que se mantengan calientes
- Mezcle los alimentos mientras los recalienta para asegurarse que se recaliente uniformemente

### ● REDUZCA EL TAMAÑO DEL ALIMENTO



Separar alimentos en contenedores más pequeños (**4 pulgadas de profundidad o menos**), y **cubrirlos sin apretar**, es una buena forma de permitir que el calor se escape y que las porciones de la comida se enfríen uniformemente.

### ● ENFRIAMIENTO CON UN ABATIDOR



Los **Abatidores** son un ejemplo de un electrodoméstico dedicado a enfriar los alimentos rápidamente. Tiene una variedad de configuraciones dependiendo del tamaño de las porciones, además de ser capaz de enfriar grandes cantidades de alimentos rápidamente.

### ● UN BAÑO DE AGUA HELADA



Rodee contenedores de alimentos con **agua helada** para permitir un enfriamiento más rápido. Para un enfriamiento eficiente, el agua helada debería estar al mismo nivel, o un poco por debajo, del nivel de la comida dentro del contenedor. No sumerja contenedores de alimentos bajo del agua o tome medidas para asegurar que el agua no entre al contenedor durante el enfriamiento.

### ● MEZCLAR



**Mezclar comida suelta o líquida** (ej. sopa) periódicamente puede ayudar a igualar el enfriamiento.

### ● PALETAS DE HIELO O CUBOS DE HIELO



Usar paletas de hielo o inclusive añadir cubos de hielo como un ingrediente puede ayudar a enfriar los alimentos pareja y rápidamente.