

Prevenga el abuso de tiempo y temperatura

Gerente:

Tener el termómetro correcto para cada tarea puede alentar a los empleados a revisar la temperatura de los productos. Por ejemplo, si les da termómetros digitales a los empleados, ellos podrán revisar rápido los productos. Además, asegúrese de que haya normas para monitorear las temperaturas. Identifique qué alimentos se deben revisar, con qué frecuencia y quién lo debe hacer. Luego asigne estas tareas a los empleados de cada área.

Algunos alimentos requieren control de tiempo y temperatura para su seguridad. Se les llama alimentos que necesitan control de tiempo y temperatura para su seguridad (o TCS, en inglés). Los patógenos que causan enfermedades crecen bien en estos alimentos si están a temperaturas entre 41°F y 135°F (5°C y 57°C).

Éste intervalo de temperatura se conoce como “zona de temperatura de peligro”. Si estos alimentos se mantienen a esas temperaturas más de 4 horas, los patógenos pueden crecer a niveles tan altos como para que alguien se enferme. La única manera de reducir los patógenos de los alimentos a niveles seguros es cocinarlos.

Cocinar, enfriar y mantener estos alimentos correctamente puede ayudar a mantenerlos seguros.

- **Cómo cocinar alimentos que necesitan control de tiempo y temperatura.** Cocine estos alimentos para que lleguen a las siguientes temperaturas internas por lo menos durante 15 segundos: aves: 165°F (74°C); carne molida: 155°F (68°C); pescado: 145°F (63°C); cerdo y res (steaks o chuletas): 145°F (63°C).

- **Cómo enfriar alimentos que necesitan control de tiempo y temperatura.**

- Nunca enfríe alimentos a temperatura ambiente.

- Nunca enfríe grandes cantidades de alimentos calientes en el refrigerador.

- Enfríe los alimentos con estos pasos: Primero, enfríe los alimentos de 135°F a 70°F (57°C a 21°C) en menos de dos horas. Después, enfríelos a 41°F (5°C), o menos, en las siguientes cuatro horas.

- **Cómo recalentar alimentos que necesitan control de tiempo y temperatura.** Calientelos a una temperatura interna de 165°F (74°C), por 15 segundos, en menos de dos horas. Nunca recaliente alimentos en equipo usado para mantenerlos calientes, a menos que se haya diseñado para esta tarea.

- **Cómo mantener alimentos que necesitan control de tiempo y temperatura.** Mantenga los alimentos calientes a 135°F (57°C), o más; y mantenga los alimentos fríos a 41°F (5°C), o menos. Revise la temperatura de los alimentos por lo menos cada 4 horas y avise al gerente si no es la correcta.



¡A cocinar!

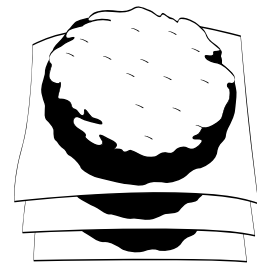
Instrucciones: Escriba la temperatura interna mínima
requerida para cada alimento.



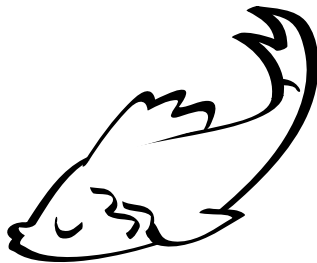
1 **Steak de res**



2 **Pollo**



3 **Carne para
hamburguesas**



4 **Pescado**



5 **Chuleta de
puerco**

¿Es seguro?

Instrucciones: Lea la historia y decida si es seguro servir este alimento.

La mañana del lunes, Clay preparó una doble tanda de chili. Tomó la mitad del chili y decidió guardarlo para el almuerzo del día siguiente. A mediodía puso la olla de chili en agua con hielo para que se enfriara. A las 2:00 p.m. revisó el chili y ya se había enfriado a 68°F (20°C). Puso la olla de chili en el refrigerador.

A las 5:00 p.m., Clay revisó el chili y su temperatura era de 38°F (3°C). La mañana siguiente Clay recalentó el chili a 155°F (68°C) y lo puso en la mesa de vapor.

