

Día de Acción de Gracias Libre de Gérmenes

Consejos Rápidos Para Evitar El Envenenamiento Alimenticio en Nuestro Día de Gracias:

Planifique de antemano: Si usted ha comprado un pavo congelado, coloque el pavo en su empaque original en un molde para el horno y póngalo en el refrigerador. Permita 24 horas para descongelarse por cada cinco libras de pavo. (ejemplo: si su pavo pesa 10 libras, deje dos días para descongelarse). Si no tiene espacio en el refrigerador, ordene un pavo fresco el día antes.



Use un termómetro: El relleno se debe cocinar fuera del ave para dejarlo llegar a la temperatura apropiada. Si lo mete adentro del pavo asegúrese de que llegue a 165° F. El pavo necesita llegar a 180° F (muslo de adentro), 170° F (pechuga).



¿Fiesta grande? Si va a preparar grandes lotes de comida por anticipado, use platos llanos para enfriarlos rápidamente y mantenga el refrigerador a la temperatura correcta – 40°F (vea el artículo de seguridad alimenticia sobre **La Zona Peligrosa** e información sobre guardar los alimentos.)

Servir al estilo buffet: Coloque la comida en porciones pequeñas en la fuente (o coloque la fuente con la comida en una cama de hielo). Así que se vaya acabando la comida ponga más sabrosa comida en una fuente fresca (recuerde la regla de dos horas también).

Poner el pavo en salmuera: esta es una gran manera de tener un pavo húmedo; asegúrese de poner el pavo en la solución de salmuera en el refrigerador el día antes (en otras palabras, no lo deje afuera en el mostrador o si no va a servir gérmenes en salmuera).

¿Listo para las sobras el viernes? Ponga los pedazos de pavo, el puré de papas, y otros platillos acompañantes en envases herméticos dentro de una hora después de cocinarlos (no más de dos horas). Cómase las sobras dentro de los próximos tres días. Después de eso, es hora de tirarlos y prepárese para el próximo día feriado.



¿Tiene alguna pregunta sobre el Día de Gracias?: llame a la línea informativa de la Carne y las Aves del USDA al (888) 674-6854 (horas especiales para el Día de Acción de Gracias: 8:00 a.m. to 2:00 p.m., hora oriental).

Visite www.ChefSolus.com para hojas imprimibles gratis para niños, juegos de educación nutritiva, consejos para comer saludablemente, ejercicio y metas saludables y un diario de alimentos y más!

Copyright © Nourish Interactive, Derechos Reservados.

