

Ficha técnica sobre seguridad de los alimentos

Enfriamiento de los alimentos

INTRODUCCIÓN

El enfriamiento es un punto crítico de control, o un punto en el que al alcanzar las temperaturas adecuadas dentro de un periodo de tiempo apropiado puede ayudar a que un alimento sea seguro para el consumo. Los cocineros deben conocer las temperaturas apropiadas para cocinar los alimentos, monitorear las temperaturas de los alimentos mientras son enfriados y registrar las temperaturas de enfriamiento.

AQUÍ ESTÁ LA INFORMACIÓN CONCRETA

Los alimentos tienen que pasar a través de la zona de peligro (41 °F–135 °F) durante el proceso de enfriamiento. Las bacterias se multiplican rápidamente en la zona de peligro, así que el periodo en que los alimentos pueden estar a esa temperatura tiene que ser minimizado para limitar el crecimiento de bacterias. Las temperaturas y tiempos importantes de enfriamiento incluyen lo siguiente:

1. Los alimentos calientes deben ser enfriados desde 135 °F hasta 70 °F (57.2 °C hasta 21.1 °C) dentro de un periodo de 2 horas.
2. Los alimentos calientes deben ser enfriados desde 135 °F hasta 41 °F (57.2 °C hasta 5 °C) dentro de un periodo total de 6 horas.
3. Los alimentos a temperatura ambiente (70 °F) (21.1 °C) deben ser enfriados a 41°F (5 °C) dentro de un periodo de 4 horas.

APLICACIÓN

Enfríe los alimentos a la temperatura apropiada dentro del tiempo estipulado.

Seleccione un método de enfriamiento rápido apropiado para acelerar el proceso de enfriamiento.

- Coloque los alimentos en recipientes llanos o poco hondos a no más de 2 pulgadas (5 cm) de profundidad y sin cubrir en la repisa más alta en la parte posterior del cuarto de enfriamiento.
- Use una unidad de enfriamiento rápido, como el abatidor de temperatura o “blast chiller”.
- Coloque el contenedor de alimentos en un baño de agua helada y agite.
- Agregue hielo como un ingrediente al final de la cocción.
- Separe los alimentos en porciones más pequeñas o delgadas.
- Enfríe previamente los ingredientes usados para preparar artículos a granel, tales como son las ensaladas.





Enfriamiento de los alimentos cont.

Vigile las temperaturas de enfriamiento.

- Verifique las temperaturas de los alimentos con un termómetro limpio, desinfectado y calibrado.
- Tome frecuentemente la temperatura de los alimentos durante el proceso de enfriamiento, lo suficiente para que pueda ser tomada una acción correctiva.
- Registre la temperatura y la hora en que la temperatura fue verificada en el Registro de temperaturas de enfriamiento.

Tome acciones correctivas si los requerimientos de temperatura y tiempo no se cumplen.

- Vuelva a calentar los alimentos cocidos y calientes a 165 °F (73.9 °C) por 15 segundos y comience el proceso de enfriamiento nuevamente usando diferentes métodos de enfriamiento cuando los alimentos están.
 - ◇ Por encima de 70 °F (21.1 °C) y lleva menos de 2 horas en el proceso de enfriamiento.
 - ◇ Por encima de 41 °F (5 °C) y lleva menos de 6 horas en el proceso de enfriamiento.
- Deseche los alimentos cocidos y calientes cuando estos estén
 - ◇ Por encima de 70 °F (21.1 °C) y lleve más de 2 horas en el proceso de enfriamiento.
 - ◇ Por encima de 41 °F (5 °C) y lleve más de 6 horas en el proceso de enfriamiento.
- Use un método de enfriamiento diferente para alimentos listos para consumo cuando los mismos estén por encima de 41 °F (5 °C) y tengan menos de 4 horas en el proceso de enfriamiento.
- Deseche los alimentos listos para consumo preparados cuando los mismos estén por encima de 41 °F (5 °C) y tengan más de 4 horas en el proceso de enfriamiento.

Recuerde, siga los requerimientos del departamento de salud estatal o local.

Referencias

Departamento de salud y servicios humanos de los EE.UU., Administración de Medicamentos y Alimentos. (2013). *Código de alimentos*. College Park, MD: Autor.
U.S. Department of Agriculture, Food and Nutrition Service, & Institute of Child Nutrition. (2016). *HACCP-based standard operating procedures*. University, MS: Autor.
U.S. Department of Agriculture, Food and Nutrition Service, & Institute of Child Nutrition. (2016). *Seguridad de alimentos en las escuelas*. University, MS: Autor.

Este proyecto ha sido financiado parcialmente con fondos federales del Departamento de Agricultura de EE. UU., Servicio de Alimentos y Nutrición a través un acuerdo con el Institute of Child Nutrition en The University of Mississippi. El contenido de esta publicación no refleja necesariamente las opiniones ni las políticas del Departamento de Agricultura de EE.UU., y la mención de nombres registrados, productos comerciales u organizaciones no implica su aprobación por parte del Gobierno de EE. UU.

The University of Mississippi es un empleador que cumple con EEO/AA/Título VI/Título IX/Sección 504/ADA/ADEA.

En acuerdo con la Ley Federal y la política del Departamento de Agricultura de EE.UU., esta institución tiene prohibido discriminar en base de raza, color, origen nacional, sexo, edad o discapacidad.

Para interponer una queja de discriminación, escriba a USDA, Director, Office of Civil Rights; Room, 326-W, Whitten Building, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, DC 20250-9410 o llame al (202) 720-5964 (voz y TDD). USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

© 2016, Institute of Child Nutrition, The University of Mississippi, School of Applied Sciences

Excepto por las condiciones expresadas a continuación, usted puede usar el texto y la información contenidas en este documento libremente para uso sin fines de lucro o fines educativos, sin costo para el participante de la capacitación a condición que los siguientes créditos sean incluidos. Este material no debe ser incorporado en otros sitios web o en libros de texto y no puede ser vendido.

Cita bibliográfica sugerida:
Institute of Child Nutrition. (2016). *Enfriamiento de los alimentos*. University, MS: Autor.

Las fotografías e imágenes en este documento pueden ser propiedad de terceros y usadas por The University of Mississippi bajo un convenio de uso. La Universidad no puede, por tanto, otorgar permiso para usar estas imágenes.

Para mayor información, por favor póngase en contacto con helpdesk@theicn.org.