

Inocuidad Alimentaria para la Generación de la Postguerra y Más



Colocando un Termómetro:

- Inserte la punta de la sonda dentro de la parte más gruesa del alimento
- No toque la grasa, el hueso o la bandeja
- Lea cuando el termómetro se estabilice

¿Sabía que?

Los cambios en el color, textura o consistencia de la carne no son indicadores fiables de la inocuidad alimentaria

Por qué la temperatura de cocimiento de las carnes molidas es más alta que la de carnes rostizadas o en filete?

Durante el proceso de molido, hay más oportunidad de introducir bacterias

El centro de las carnes enteras no han tenido bacterias introducidas

Temperaturas para Cocinar Alimentos y Termómetros

¿Por qué debo usar un termómetro de alimentos?

- Ahorra dinero y es fácil de usar
- Mejora la calidad de la comida
- Evita enfermedades causadas por alimentos
- Determina si la carne se ha cocinado en forma segura

Tipos de Termómetros de Alimentos¹:

Dial (Seguros para Hornear):

- Se leen de 1 a 2 minutos
- Se colocan de 2-2½ pulgadas
- Se usan en asados, aves enteras, cacerolas y sopas

Digital (Se Leen al Instante):

- Se leen en 10 segundos
- Se colocan al menos a ½ pulgada de profundidad
- Se usan en alimentos delgados y gruesos

Dial (Se Leen al Instante):

- Se leen en 15-20 segundos
- Se colocan a 2-2½ pulgadas de profundidad

Termómetro de Tenedor:

- Se leen en 2-10 segundos
- Se colocan a ½ pulgada de profundidad
- Se usan en alimentos delgados y gruesos

Emergente:

- Comúnmente usados en pavos, pero no fiables
- Revise la temperatura final con otro termómetro para verificar la seguridad

Temperaturas de la Punta al Cocinar ¹	
Alimento	°F
Res, Ternera o Cordero	145
Carne Molida Res, cerdo, ternera, cordero, pavo, pollo	160 165
Carnes Inyectadas/Ablandadas/Adobadas Cubos de filete, jamón	160
Aves	165
Cerdo	160
Huevos o Platillos a base de Huevos *todos los huevos cocinados hasta que las yemas y claras estén firmes	160



Fuente: ¹Depto. de Agricultura de los EU, Sea Seguro con los Alimentos

