



ENFRIAR



PASO 4: ENFRIAR

CONSEJOS BREVES SOBRE SEGURIDAD ALIMENTARIA



Consulte la aplicación

La aplicación **USDA FoodKeeper** le indica cuánto tiempo pueden permanecer los alimentos y las bebidas en la nevera o el congelador de manera segura.



Compre sin parar

Al hacer compra, coja los alimentos perecederos al final y siga directo para su casa.



Refrésquese

Enfríe la compra, las sobras y la comida a domicilio dentro de 2 horas, o 1 hora si están a temperaturas mayores de 90 °F. Use un termómetro de electrodomésticos para regular la nevera a 40 °F o menos y el congelador a 0 °F o menos.



Déjelo respirar

Deje espacio para que el aire circule entre los recipientes en la nevera y el congelador.



No se acalore

Cuando lleve alimentos fríos, póngalos en un recipiente térmico con hielo.

Para obtener más **Consejos breves sobre los 4 pasos para la seguridad alimentaria: limpiar, separar, cocinar y enfriar**, visite www.fda.gov/food

SEGURIDAD ALIMENTARIA CADA DÍA