Métodos de enfriamiento
Ficha descriptive

El Código de alimentos exige que todos los alimentos cocidos que no se preparan para ser servidos de inmediato se deben enfriar tan pronto como sea posible para eliminar la posibilidad de desarrollo de bacterias. Hay dos métodos para enfriar alimentos potencialmente peligrosos: el método de dos etapas (preferible) y el método de una etapa.

- El **método de dos etapas** reduce la temperatura interna de los alimentos cocidos en dos pasos. El primer paso es reducir la temperatura de 135 ºF (57.2 ºC) a 70 ºF (21.1 ºC) dentro de las dos horas de preparación **y** de 70 ºF (21.1 ºC) a 41 ºF (5 ºC) o más frío dentro de un período adicional de cuatro horas. El tiempo total de enfriamiento no podrá exceder nunca las seis horas.

- El **método de una etapa** está diseñado para reducir la temperatura interna de los alimentos cocidos de 135 ºF (57.5 ºC) a 41 ºF (5 ºC) o más frío dentro de las cuatro horas de su preparación. Este método sólo debe usarse si los alimentos fueron preparados con ingredientes a temperatura ambiente, tal como alimentos reconstituidos y atún enlatado.

Cuando esté decidiendo el mejor método para enfriar alimentos peligrosos, tenga en cuenta los siguientes factores:

- El tamaño o cantidad de alimento que se va a enfriar;
- La densidad de los alimentos – un caldo es menos denso que un guisado; y
- El recipiente en el que se almacenan los alimentos – las cacerolas poco profundas enfrían los alimentos más rápido que las cacerolas profundas.

Para facilitar el rápido enfriamiento de los alimentos cocidos, el Código de alimentos recomienda los siguientes métodos:

- Colocar los alimentos que se enfriarán en cacerolas poco profundas;
- Separar el alimento que será enfriado en porciones más pequeñas o más finas;
- Usar un equipo de enfriamiento rápido, tal como un abatidor rápido de temperatura ("blast chiller");
- Revolver los alimentos a enfriar en un recipiente colocado en un baño de hielo;
- Usar recipientes que faciliten la transferencia de calor;
- Agregar hielo como ingrediente a los alimentos cocidos; o
- Una combinación de los métodos antes mencionados.

Lo más importante que debe recordarse sobre el enfriamiento de alimentos es que la temperatura de todos los alimentos cocidos se debe reducir a 41 ºF (5 ºC) o más frío tan rápido como sea posible. El tiempo de enfriamiento, sin embargo, nunca deberá exceder el tiempo máximo permitido para el método seleccionado (ya sean cuatro horas para el método de una etapa o seis horas para el método de dos etapas). El colocar simplemente un alimento cocido en un refrigerador para enfriarlo puede no ser suficiente para reducir la amenaza del crecimiento de bacterias. Además, un alimento tibio o caliente que se coloque en un refrigerador de hecho puede elevar la temperatura dentro de la unidad y comprometer la seguridad de los otros alimentos almacenados. Una vez que el alimento ha sido enfriado adecuadamente, se debe almacenar de manera apropiada – cubierto y etiquetado con la fecha en que el producto fue preparado. Cuando prepare alimentos usando ingredientes cocidos, siempre use los productos más viejos primero.

Para obtener más información sobre el manejo de un establecimiento de alimentos, póngase en contacto con el Virginia Department of Agriculture and Consumer Services at (804) 786-3520.