

MABILIS AT LIGTAS NA PALAMIGIN ANG MGA PAGKAIN

- Ang pagpapalamig sa mainit na pagkain ay nangangailangan ng dalawang-yugtong proseso at tumatagal ng maximum na anim na oras:
 - **Yugto 1:** 135°F hanggang 70°F sa loob ng unang 2 oras
 - **Yugto 2:** 70°F hanggang 41°F sa loob ng susunod na 4 na oras
- Ang mga ready-to-eat na pagkain na inihanda mula sa mga sangkap na nasa room temperature ay dapat na palamigin sa 41°F sa loob ng 4 na oras o gumamit ng mga sangkap na pinalamig na.

Mabilis na Paraan ng Pagpapalamig

• **Mababaw na Metal na Kawali**

- Ilagay ang produkto sa kawali sa isang single na layer o sa lalim na 2-4”.
- Huwag takpan ang kawali hanggang sa umabot ang produkto sa 41°F.
- Ilagay agad ang produkto sa refrigerator.
- H UWAG isalansan ang mga mainit na kawali: upang makadaloy ang hangin.

• **Ilubog sa Yelo**

- Punan ang malinis na lababo o malaking kawali ng yelo at malamig na tubig.
- Ilagay ang mainit na produkto sa isang metal na lalagyan at ilagay sa ice bath (yelong may tubig) – tiyaking ang ice bath ay nasa parehong antas ng produkto!
- Haluin ang produkto tuwing 10 minuto – gumamit ng ice paddle para sa paghalo upang mabawasan ang oras ng pagpapalamig.
- Palitan ang yelo at tubig, kung kinakailangan.
- Kapag umabot na ang produkto sa 41° F, takpan ang lalagyan, lagyan ng label at petsa ang produkto, at ilagay ito sa refrigerator.

• **Maliit na Bahagi**

- Hatiin sa mas maliit, mababaw na metal na kawali.
- Ang produkto ay dapat na 2” ang lalim para sa mas makapal na mga produkto at 4” ang lalim para sa mas manipis na mga produkto.
- Putulin o hiwain ang mga bahagi ng karne nang hindi mas malaki sa 4” at ilagay ang mga ito sa isang single na layer.
- Ilagay sa refrigerator at haluin paminsan-minsan.

• **Iba pang Mungkahing Makakatulong**

- Nakakatulong ang mga metal na lalagyan na mas mabilis na lumamig ang mga produkto kaysa sa mga plastik na lalagyan
- Kapag nagpapalamig sa refrigerator, palaging gamitin ang itaas na istante.
- Huwag kailanman palamigin ang mga produktong mas mababa sa 135°F sa room temperature – ilagay ito sa refrigerator/freezer o sa ice bath:
- Huwag kalimutang lagyan ng label at petsa ang produkto sa sandaling napalamig na ito sa 41°F.
- Palaging gumamit ng malinis na thermometer upang subaybayan ang temperatura ng produkto habang lumalamig ito.
- Gumamit ng mga talaan sa pagpapalamig upang maitala ang wastong temperatura ng paglamig.

