

# ENFRIAR ALIMENTOS DE FORMA RÁPIDA Y SEGURA

- El enfriamiento de alimentos calientes requiere un proceso en dos fases y tarda un máximo de seis horas:
  - **Fase 1:** 135 °F (57 °C) a 70 °F (21 °C) en las primeras 2 horas
  - **Fase 2:** 70 °F (21 °C) a 41 °F (5 °C) en las próximas 4 horas
- Los alimentos listos para el consumo preparados con ingredientes a temperatura ambiente deben enfriarse a 41 °F (5 °C) en un plazo de 4 horas o utilizar ingredientes preenfriados.

## Métodos de enfriamiento rápido

- **Sartenes metálicas poco profundas**
  - Colocar el producto en las sartenes en una sola capa o con una profundidad de 2-4" (5-10 cm).
  - Dejar la sartén destapada hasta que el producto alcance los 41 °F (5 °C).
  - Refrigerar el producto inmediatamente.
  - NO apilar sartenes calientes: dejar espacio para que circule el aire.
- **Baños de hielo**
  - Llenar un fregadero limpio o una olla grande con hielo y agua fría.
  - Colocar el producto caliente en un recipiente metálico e introducirlo en el baño de hielo. ¡Asegurarse de que el baño de hielo esté al mismo nivel que el producto!
  - Remover el producto cada 10 minutos. Utilizar una paleta de hielo para remover y reducir el tiempo de enfriamiento.
  - Cambiar el hielo y el agua, si es necesario.
  - Cuando el producto alcance los 41 °F (5 °C), cubrir el envase, etiquetar y fechar el producto, y meterlo en el refrigerador.
- **Porciones pequeñas**
  - Dividir en sartenes metálicas más pequeñas y poco profundas.
  - El producto debe tener una profundidad de 2" (5 cm) para los productos más gruesos y de 4" (10 cm) para los más finos.
  - Cortar o rebanar porciones de carne no superiores a 4" (10 cm) y colocarlas en una sola capa.
  - Meter en el refrigerador y remover de vez en cuando.
- **Otros consejos útiles:**
  - Los recipientes metálicos ayudan a que los productos se enfríen mucho más rápido que los de plástico.
  - Cuando enfríe en un refrigerador, utilice siempre el estante superior.
  - Nunca enfriar los productos por debajo de 135 °F (57 °C) a temperatura ambiente; colocarlo en un refrigerador/congelador o en un baño de hielo.
  - No olvide etiquetar y fechar el producto en cuanto se enfríe a 41 °F (5 °C).
  - Utilizar siempre un termómetro limpio para controlar la temperatura del producto mientras se enfría.
  - Utilizar registros de refrigeración para anotar las temperaturas de refrigeración adecuadas.

