

Cross Contamination Infographic – Spanish



CÓMO EVITAR LA CONTAMINACIÓN CRUZADA

por CeroTACC.com

celíacos conectados

1

antes que las demás

Las preparaciones sin gluten deben elaborarse y cocinarse antes que las demás.

2

guardar por separado

Los alimentos sin gluten deben guardarse por separado.

3

utensilios limpios

Usar utensilios que estén perfectamente limpios para manipular alimentos sin gluten.

5

elementos exclusivos

Tener ciertos recipientes para cocinar sin gluten.

4

cocinar en diferentes recipientes

Si se cocinan en el horno al mismo tiempo una preparación apta para celíacos y otra que pueda contener gluten, deberán cocinarlos en diferentes recipientes.



6

La celiacía es una enfermedad autoinmune donde el cuerpo reconoce al gluten como a un extraño y genera anticuerpos contra él.

Los anticuerpos producen una lesión intestinal y no hay absorción de nutrientes.