Cross Contamination Infographic - Spanish



CÓMO EVITAR LA CONTAMINACIÓN CRUZADA por CeroTACC.com celíacos conectados

33,1333 33,133,133

1

2

3

antes que las demás

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

guardar por separado

Los alimentos sin gluten deben guardarse por separado.

utensilios limpios

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

5

4



elementos exclusivos

Tener ciertos recipientes para cocinar sin gluten.

cocinar en diferentes recipientes

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

6

La celiaquía 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.

Fuente: https://cerotacc.com/