## Food Safety for Fruits and Vegetables Restaurant Safety Infographic — Spanish



# 5 CLAVES PARA LA INOCUIDAD DE LOS ALIMENTOS

### <u>MANTÉN LA LIMPIEZA</u>

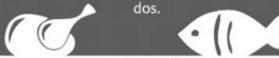
Lávate las manos antes de preparar alimentos y a menudo durante la preparación. Lávate las manos después de ir al baño. Desinfecta los utensilios de cocina. Guarda los alimentos en recipientes limpios y ciérralos.





#### SEPARA ALIMENTOS CRUDOS Y COCINADOS

Usa equipos y utensilios diferentes para la carne, pollo, pescado y otros alimentos crudos



Conserva los alimentos en recipientes separados para evitar el contacto entre crudos y cocidos.





#### COCINA COMPLETAMENTE

Cocina completamente los alimentos, especialmente si se trata de carne, pollo, huevos o pescado.

Si cocinas carnes rojas o pollo, cuida que los jugos que desprenden sean claros y no rosados.



Recalienta completamente la comida cocinada.



#### MANTÉN LOS ALIMENTOS A TEMPERATURAS SEGURAS

No dejes los alimentos cocidos a temperatura ambiente por más de 2 horas.



No guardes comida por periodos largos, especial-mente en la nevera del refrigerador.

No descongeles los alimentos a temperatura ambiente.



#### **USA AGUA Y MATERIAS PRIMAS SEGURAS**



Usa agua purificada para cocinar. Para su inocuidad, elije alimentos ya procesados, por ejemplo la leche pasteurizada. Lava frutas y verduras, especialmente si se comen crudas.





No consumas alimentos después de su fecha de vencimiento.



Fuente: https://www.estudiahosteleria.com