

Cuatro claves fundamentales para una **SEGURIDAD ALIMENTARIA**

IMF Business School en el Día Mundial de la Alimentación · 16 de octubre



Lavar bien los alimentos antes de consumirlos. Mantener limpios los utensilios y las superficies que vayan a estar en contacto con los ingredientes durante el proceso de elaboración.



Separar lo crudo de lo cocinado es fundamental para evitar que unos contaminen a otros. También en la nevera se deben guardar en recipientes separados y protegidos herméticamente.



Cocinar bien la carne y el pescado, es fundamental. Para saber si están bien hechos, hay que pincharlos profundamente y asegurarse de que no hay carne rosa en el interior y de que los jugos que fluyen sean claros.



Hay que **enfriar** los alimentos en la nevera. Se recomienda cocinar con la mínima antelación antes de comer. A temperatura ambiente algunas bacterias se multiplican rápidamente.

Además, ¿sabías que...



... hay productos como el **arroz**, que al cocerlo se eliminan sus bacterias?

... en las **barbacoas** es conveniente cocinar previamente la carne en el horno antes de terminarlo en las brasas?



... los **microondas** pueden dejar partes frías y no acabar con las bacterias existentes, si no se mezcla la comida durante el proceso de calentamiento?



www.imf-formacion.com



**Business
School**