Consejos de una experta: Técnicas para preservar la calidad de las carnes en Fiestas Patrias

La académica UOH Claudia Foerster recomienda, adquirirla y congelarla. También es necesario saber cómo descongelarla y el uso de utensilios para manipular la carne cruda y cocida.

El “18” está ad portas y muchas personas quieren comprar con anticipación el ingrediente principal: las carnes del asado y anticuchos. Dicha labor es factible de realizar, lo importante es mantener correctamente estas carnes para que no se descompongan y estén en óptimas condiciones para ser disfrutadas.

La académica del Instituto de Ciencias Agroalimentarias, Animales y Ambientales (ICA3) de la Universidad de O’Higgins (UOH), Claudia Foerster, entrega recomendaciones para disfrutar tranquilos.

“Primero, asegúrese de comprar en lugares establecidos y mantener los productos con una adecuada cadena de frío. Si la carne se adquiere con varios días de anticipación, lo mejor es congelarla. Hay que tener presente que **la carne fresca tiene una vida útil de 3 a 4 días a temperatura de refrigeración**. La excepción a esto, la tienen las carnes que vienen envasadas al vacío, las que pueden durar meses; en ese caso, se debe consultar la fecha de vencimiento que está en el envase y decidir si dejarla refrigerada o congelarla”.

Asimismo, la Dra. Foerster, especialista en inocuidad alimentaria, precisa lo que no debemos hacer. **“No se debe usar la misma tabla de cortar para manipular la carne cruda y la cocida.** No se debe descongelar la carne a temperatura

ambiente, hay que hacerlo, siempre, en el refrigerador desde el día anterior o poniéndola en agua fría. También se puede descongelar en el microondas, pero esta última opción solo es recomendable si planea cocinar inmediatamente después".

En relación a los puntos de cocción de la carne, Claudia Foerster, explica qu**e "no se debe dar carne de vacuno insuficientemente cocida a niños, embarazadas ni adultos mayores.** Para las otras carnes, se recomienda cocinar completamente".

Y una vez que hemos disfrutado del asado, recomienda **"no dejar la carne cocinada a temperatura ambiente por más de dos horas**; además considerar que lo que nos queda del asado, dura un máximo tres días en el refrigerador. Además, se deben separar las carnes crudas de las cocinadas en el refrigerador, así como también separarlas de frutas, verduras y otros alimentos listos para el consumo".

Todas estas recomendaciones apuntan a evitar la contaminación cruzada y la multiplicación de bacterias que los pueden enfermar en estas Fiestas Patrias.