



Sacar
rendimiento
al
congelador

- El congelador debe mantenerse entre -16°C y -18°C .

Con esta temperatura se asegura la cadena del frío y se evita que los alimentos que han sido congelados a temperaturas por debajo de los -40°C pierdan sus propiedades.



- Muchos congeladores tienen un cajón de temperatura más baja, para la congelación de productos de temperatura ambiente.
- Otros disponen de un botón que baja la temperatura cuando se añaden productos nuevos.

- Las bandejas de porexpan donde venden los alimentos, no sirven para el congelador porque el frío no atraviesa bien este material.





- Descongelar con regularidad ya que el hielo impide el buen funcionamiento del congelador.
- Limpiar el congelador por lo menos una vez al mes.



- Destinar un espacio concreto para cada tipo de alimentos: carnes, pescados, verduras, pan, etc.
- De este modo, en el momento que se necesita, se encuentra con facilidad el producto deseado.

- Meter los alimentos porcionados – la carne, el pollo, etc.- de modo que, si se necesitan una o dos porciones, no sea necesario descongelar todo el bloque.



- El pan conviene congelarlo recién traído de la panadería y cortado.
- Meterlo ya cortado en cajas del tamaño adecuado para cada comida.



- Congelar los restos de comidas que no se van a consumir inmediatamente en recipientes cerrados.



- No congelar de nuevo alimentos cocinados que ya estaban congelados.
- Sin embargo, si que se pueden congelar alimentos, que estaban congelados crudos y se han cocinado.





- El queso rallado se puede congelar y queda muy bien.
- Si se tienen frutos secos y no se van a consumir, se pueden congelar.



- También se pueden congelar paquetes, envasados al vacío, de jamón, chorizo, salchichón, salmón ahumado, etc.



- Las bolsas de alimentos congelados ya empezadas es práctico cerrarlas con pinzas de plástico.

- Los bizcochos también quedan muy bien si se congelan.



Se envuelven en papel film y cuando se quieren consumir se descongelan a temperatura ambiente, por ejemplo, sacándolos del congelador la noche anterior.



- Si se quiere tener alimentos para comidas imprevistas, es interesante congelarlos en recipientes, que luego puedan calentarse directamente al microondas.
- Poner etiquetas, indicando lo que contiene cada recipiente.



www.aulahogar.com