

¿Que tanto sabes sobre asados (grill)?

La comida suele ser el plato fuerte de las celebraciones con familiares y amigos. Asegúrese de seguir buenas prácticas de seguridad alimentaria al asar o ahumar para reducir el riesgo de intoxicación alimentaria. ¿Cuánto sabes REALMENTE sobre seguridad alimentaria? ¡Responda el cuestionario a continuación!



1. ¿Es necesario descongelar la carne y las aves antes de asarlas o ahumarlas?

- Sí
- No

2. ¿Es seguro marinar carnes y aves en el mesón de la cocina?

- Sí
- No

3. Al preparar carne y verduras para asar, ¿es seguro usar la misma tabla de cortar sin lavar para ambos artículos?

- Sí
- No

4. ¿Es seguro servir a la hora de comer una marinada adobo que se haya utilizado con carne cruda?

- Sí
- No

5. ¿Dónde se debe colocar un termómetro para determinar el punto de cocción de la carne?

- en el centro
- en la parte mas gruesa
- no se necesita un termómetro
- de lado, para que el termómetro se pueda leer fácilmente

6. ¿Se debe cocinar la carne de cerdo a una temperatura más alta que otras carnes crudas?

- Sí
- No

7. ¿Es seguro cortar sandía y dejarla en la mesa de picnic toda la tarde?

- Sí
- No

8. ¿Ahumar es una forma segura de preparar carnes y aves?

- Sí
- No

9. ¿Es seguro comer brochetas de carne y verduras asadas en el mismo palito?

- Sí
- No

10. ¿Se deben usar guantes al asar para evitar la contaminación cruzada?

- Sí
- No

11. ¿Es suficiente una hielera con hielo fresco para mantener los alimentos seguros en un picnic en un día muy caluroso?

- Sí
- No

La extensión es una división del Instituto de Agricultura y Recursos Naturales en la Universidad de Nebraska–Lincoln cooperando con los condados y el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos.

Los programas educativos de la Universidad de Nebraska-Extensión de Lincoln cumplen con las políticas no discriminatorias de la Universidad de Nebraska–Lincoln y el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos.

Respuestas al cuestionario de barbacoa

1. **¿Es necesario descongelar la carne y las aves antes de asarlas o ahumarlas? Sí y No:** Los alimentos congelados se pueden asar de forma segura siempre que alcancen una temperatura interna segura. Sin embargo, asar carnes y aves congeladas llevará más tiempo y es posible que los alimentos se cocinen de manera desigual. No es seguro ahumar alimentos congelados. Debido a que los ahumadores cocinan los alimentos a temperaturas más bajas, tardarían demasiado en alcanzar una temperatura interna segura.
2. **¿Es seguro marinar carnes y aves en la encimera de la cocina? No:** El marinado debe realizarse en la nevera.
3. **Al preparar carne y verduras para asar, ¿es seguro utilizar la misma tabla de cortar sin lavar para ambos artículos? No:** Utilice siempre una tabla de cortar limpia. Lave las tablas de cortar, los platos y los mesones con agua caliente y jabón después de preparar cada alimento y antes de pasar al siguiente. Si es posible, utilice una tabla de cortar para productos frescos y otra separada para carnes, aves y mariscos crudos.
4. **¿Es seguro servir a la hora de comer una marinada que se haya utilizado con carne cruda? No:** Si desea servir su comida con adobo adicional, asegúrese de reservar un poco antes de usarlo con carnes crudas.
5. **¿Dónde se debe colocar un termómetro para determinar el punto de cocción de la carne? En la parte más gruesa,** normalmente en el centro.
6. **¿Se debe cocinar la carne de cerdo a una temperatura más alta que otras carnes crudas? No:** Cocine todos los filetes, chuletas y asados crudos de carne de res, cerdo, cordero y ternera a una temperatura interna mínima de 145 °F. Todas las aves deben cocinarse a una temperatura interna de 165°F. Cocine las hamburguesas y las mezclas de carne molida a 160°F.
7. **¿Es seguro cortar sandía y dejarla en la mesa de picnic toda la tarde? No:** Refrigere o enfríe las frutas y verduras dentro de las 2 horas posteriores a cortarlas, pelarlas ó cocinarlas (ó 1 hora si se exponen a temperaturas superiores a 90 °F).
8. **¿Ahumar es una forma segura de preparar carnes y aves? Sí:** El ahumado se realiza más lentamente que el asado a la parrilla, por lo que las carnes menos tiernas se benefician de este método. Se necesita un termómetro para controlar la temperatura del aire en el ahumador y asegurarse de que el calor se mantenga entre 225 °F y 300 °F durante todo el proceso de cocción.
9. **¿Es seguro comer brochetas de carne y verduras asadas en el mismo palito? Sí:** Esto es seguro siempre que tanto la carne como las verduras estén bien cocidas a la temperatura correcta antes de servir.
10. **¿Se deben usar guantes al asar para evitar la contaminación cruzada? No:** Lávese bien las manos con agua y jabón durante 20 segundos después de manipular carne o aves crudas. Cuando retire los alimentos de la parrilla, utilice un plato y utensilios limpios.
11. **¿Es suficiente una hielera con hielo fresco para mantener los alimentos seguros en un picnic en un día muy caluroso? Sí:** PERO cuando las temperaturas exteriores superan los 90°F, es posible que sea necesario volver a llenar el hielo de la hielera. Coloque un termómetro en su hielera y asegúrese de que indique 40 °F ó menos.

Puede encontrar más información sobre seguridad para asar a la parrilla en:

<https://food.unl.edu/food-safety>

Fuentes:

- Asado a la parrilla y seguridad alimentaria, USDA: <https://www.fsis.usda.gov/food-safety/safe-food-handling-and-preparation/food-safety-basics/grilling-and-food-safety>
- Prácticas de ahumado y parrilladas con estrellas que todo el mundo necesita saber, USDA: <https://www.usda.gov/media/press-releases/2024/06/27/star-spangled-grilling-and-smoking-food-safety-practica-todos>