

CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS



Todos los alimentos se descomponen si no se conservan adecuadamente

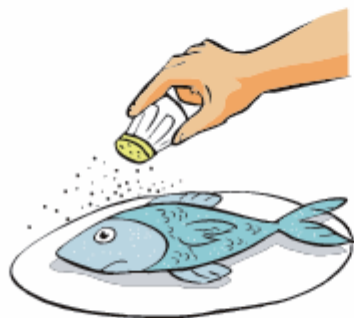
La conservación casera permite que los alimentos duren sanos más tiempo y evita que se contaminen

Evita el desperdicio de alimentos en el hogar

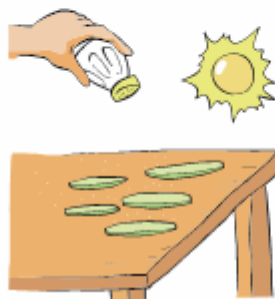


TECNICAS CASERAS

- Salado
- Salmuera
- Secado al sol



- Envasado
- Mermelada
- Ahumado

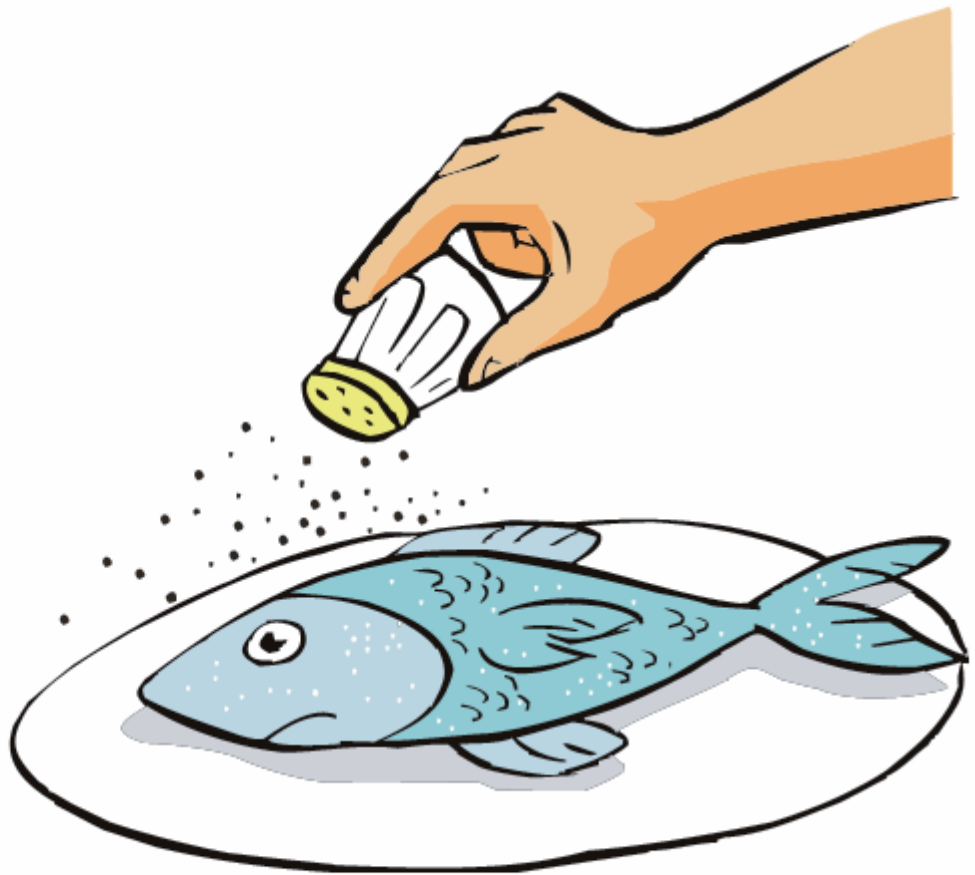


¡RECUERDE!

Utilizando estas técnicas los alimentos no se dañan y pueden mantenerse en buen estado por largo tiempo

SALADO

Se agrega bastante cantidad de sal al alimento, el cual debe estar seco y limpio, esto hace que se deshidrate y dure más tiempo; es muy utilizado para conservar carne y pescado



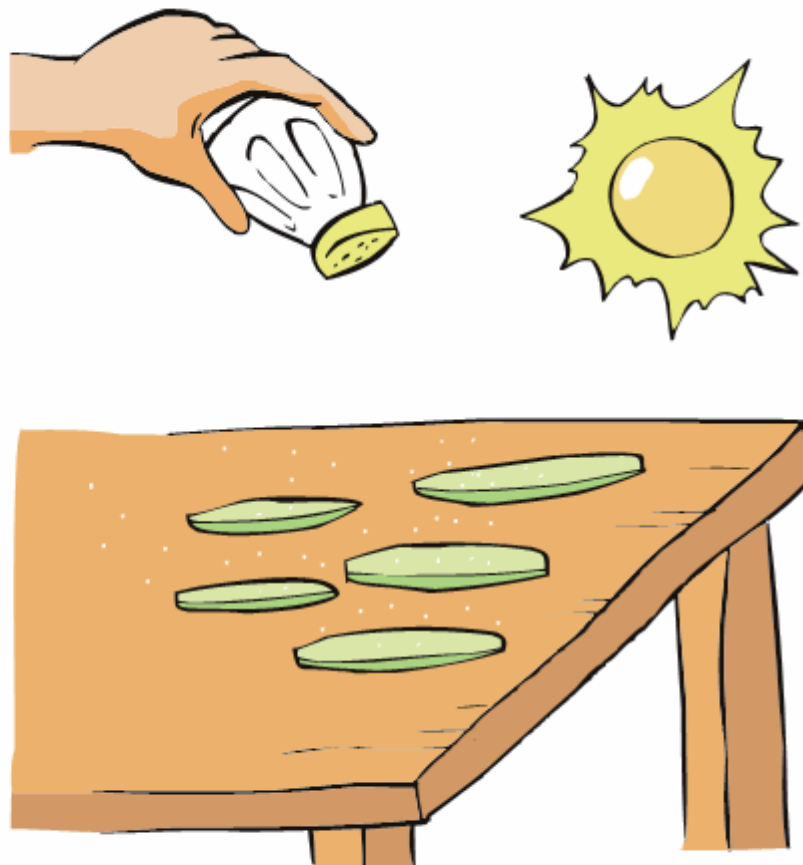


SALMUERA

Se prepara con una mezcla de sal con agua hervida, se sumergen en ella los alimentos, utilizando un envase de vidrio y un cierre hermético; se puede conservar así pescado, algunas verduras como chile, zanahorias, nopales y cebollitas de cambray

SECADO AL SOL

El alimento, carne o verdura (por ejemplo calabacitas) se corta en tiras delgadas, se colocan en una tarima o charola y se le agrega suficiente sal. Después de 4 días aproximadamente, cuando ya está seco debe almacenarse en recipientes secos, limpios, como latas, jarrones y bolsas de plástico para protegerlo de los insectos y roedores





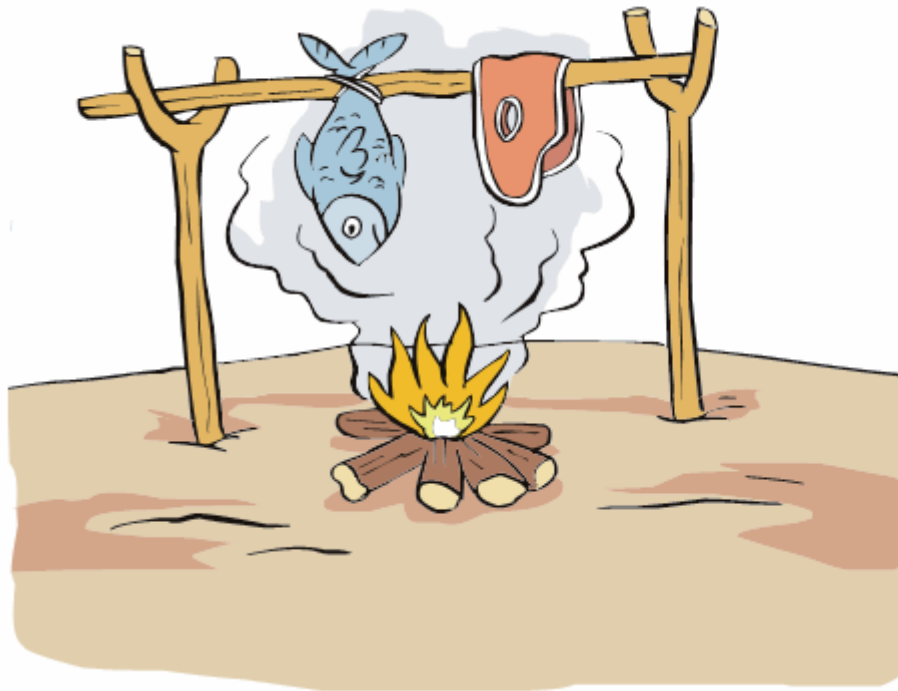
ENVASADO

El alimento crudo o cocido se coloca en un recipiente con una solución caliente de vinagre y sal durante 10 a 15 minutos, es muy utilizado en conserva de algunas verduras, huevo y carnes

MERMELADA

Se cuece el alimento en una solución caliente de agua y azúcar durante 15 a 20 minutos, se envasa en frascos de vidrio con tapa hermética y se pone al fuego en baño maría durante 30 minutos. Es muy utilizado para conservar frutas.





AHUMADO

Se pone el alimento, generalmente carne o pescado, cerca del humo de leña de madera, un ahumado ligero permite que el alimento dure sin refrigerar una semana y hasta 3 meses si se tiene refrigerador para guardarlo; si la carne está previamente cocida puede durar hasta tres meses en buenas condiciones