



HABLEMOS ACERCA DEL PAVO

El mal manejo y la cocción incompleta del pavo durante estas festividades puede resultar en un envenenamiento por alimentos. ¡USDA les ofrece algunos consejos para que celebre un Día de Acción de Gracias salubre y delicioso!

Tipos de pavo regulados por USDA:



*Para mas información acerca de cada tipo de pavo visite fsis.usda.gov.

3 MÉTODOS PARA DESCONGELAR

Mientras está congelado, el pavo permanecerá salubre de forma indefinida. Tan pronto comience a descongelarse cualquier bacteria que estuvo presente antes de congelarlo comenzará a propagarse nuevamente. He aquí tres maneras para descongelar su pavo correctamente:

Refrigerador:

Luego de descongelarlo el pavo permanecerá salubre en el refrigerador por 1 o 2 días.

Este es el método recomendado por USDA para descongelar su pavo.

Agua Fría:

Cocine inmediatamente luego de descongelar.

Como descongelarlo

Sumerja el pavo en agua fría y cámbiela cada 30 minutos.



Microondas:

Cocine inmediatamente luego de descongelar.



Como descongelarlo

Use la función de descongelar de acuerdo al peso del pavo

Para mas información acerca del tiempo apropiado para descongelar su pavo visite fsis.usda.gov.

¿SABÍA USTED?

¡Cocinar un pavo congelado es posible pero el tiempo de cocción aumentará un 50%!



LIMPIAR

Lávese las manos por 20 segundos con agua tibia y jabón.

Utensilios
Platos
Mostradores
Tablas para cortar

TAMBIÉN DEBERÁN SER LAVADOS

¡Las bacterias, las cuales pueden estar presentes dentro y fuera del pavo, no se pueden quitar lavándolo! La única forma de destruir estas bacterias dañinas es cociendo el pavo.

¡¡NO LAVE SU PAVO!!



SEPARAR

Separe el pavo crudo del resto de los alimentos frescos en su menú y use diferentes tablas de cortar, platos y utensilios para ambos.

¡Separe también cualquier plato que entre en contacto con alimentos crudos!

Lave con agua tibia y jabón alimentos que entren en contacto con carnes crudas.



COCINE

Su pavo no estará cocido hasta que alcance una temperatura de 165 °F — el color no es indicativo de cocción.

¡Asegúrese que cualquier relleno que lleve el pavo también se cueza hasta alcanzar 165 °F!

Tres lugares donde puede revisar la temperatura.



La parte gruesa de la pechuga

El interior del ala

El interior del muslo

Luego de sacar el pavo del horno déjelo reposar por 20 minutos. Esto permitirá que los jugos del pavo se asienten.

ENFRÍE

¡Disfrute de su cena plácidamente pero asegúrese de refrigerar las sobras no más tarde de 2 horas luego de servir las, 1 hora en temperaturas mayores de 90 °F !



Permanecerán salubres en el refrigerador entre 3-4 días

Permanecerán salubres en el congelador entre 4-6 meses



Ultimo día para consumir las sobras de Acción de Gracias de forma salubre



Separe las sobras del pavo en piezas pequeñas y guárdelas en envases individuales.



Si va a viajar, asegúrese de guardar las sobras en una nevera con hielo.

Cerciórese de recalentarlas completamente hasta alcanzar 165 °F o hasta que estén hirviendo.

¡Recuerde que las bacterias que causan envenenamiento no se ven, no despiden olor ni sabor!

PARA MÁS INFORMACIÓN:

Visite foodsafety.gov

Si tiene preguntas específicas llame a la Línea de Información sobre Carnes y Aves de USDA al 1-888-MPHOTLINE o visite Pregúntale a Karen en español. Visite AskKaren.gov para preguntas en inglés.



USDA ES UN EMPLEADOR CON IGUALDAD DE OPORTUNIDADES DE EMPLEO