

Actividad Examen rápido 6

El trayecto de los alimentos: Preparación



Nombre _____ Fecha _____

¿Verdadero o falso?

- ① _____ Los refrigeradores fueron diseñados para enfriar rápidamente los alimentos calientes.
- ② _____ Debe cocinar un pavo entero de manera que alcance una temperatura interna mínima de cocción de 155°F (68°C) por 15 segundos.
- ③ _____ El primer paso para enfriar alimentos TCS es enfriarlos de 135°F a 70°F (57°C a 21°C), en menos de tres horas.
- ④ _____ El pescado cocinado en un microondas debe alcanzar una temperatura interna mínima de 145°F (63°C).

Métodos de descongelación

¿Cuáles son los cuatro métodos aceptables para descongelar alimentos?

- _____
- _____
- _____
- _____

Temperaturas internas mínimas de cocción

Una cada un alimento con su temperatura interna mínima de cocción, escribiendo la letra correcta en el espacio en blanco. (Las temperaturas se pueden usar más de una vez.)

- | | |
|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| ① _____ Filetes de pez espada | A 165°F (74°C), por menos de 1 segundo |
| ② _____ Pollo entero | B 155°F (68°C), por 17 segundos |
| ③ _____ Chuletas de cerdo | C 145°F (63°C), por 15 segundos |
| ④ _____ Carne de res molida | D 145°F (63°C), por 4 minutos |
| ⑤ _____ Zanahorias glaseadas que se deben mantener calientes | E 135°F (57°C) |

Cómo enfriar alimentos

¿Cuál es la manera correcta de enfriar una olla grande de chili?

Respuestas

¿Verdadero o falso?

- ① F
- ② F
- ③ F
- ④ F

Métodos de descongelación

Éstos son los cuatro métodos aceptables para descongelar alimentos:

- En el refrigerador
- Bajo un chorro de agua potable a 70°F (21°C), o menos
- En un microondas
- Como parte del proceso de cocción

Temperaturas internas mínimas de cocción

- ① C
- ② A
- ③ C
- ④ B
- ⑤ E

Cómo enfriar alimentos

Dividir el alimento en porciones más pequeñas y usar uno de los siguientes métodos para enfriarlo:

- Ponerlo en un baño de agua con hielo y agitarlo.
- Agitar el chili con palas de hielo.
- Meterlo en un abatidor de temperatura (blast chiller).
- El chili también se podría hacer con menos agua de la necesaria. Después de cocinar el chili se podría agregar agua fría o hielo para enfriarlo, completando así el resto del agua para la receta.