

Factores Sobre la Seguridad de los Alimentos



Principios Básicos de la Preparación del Pavo: Descongelación Correcta

Información para los Consumidores

Septiembre 2003

“La Gran Descongelación”

Los pavos deben de mantenerse a una temperatura adecuada durante la descongelación. Mientras están congelados, los pavos se mantienen inocuos por tiempo indefinido. Sin embargo, si los pavos se descongelan a temperaturas por encima de 40 °F, cualquier bacteria dañina que haya estado presente antes de congelarlos puede reactivarse y empezar a multiplicarse, a menos de que se empleen métodos correctos de descongelación.

Un paquete de carne o ave congelados que se deja descongelar por más de dos horas sobre el mostrador ya es riesgoso. Aún cuando el centro del alimento esté congelado todavía, su capa superior se encuentra en la “zona peligrosa,” entre 40 y 140 °F, que son los grados de temperatura entre los cuales las bacterias dañinas se multiplican rápidamente.

Existen tres métodos seguros para descongelar los alimentos: en el refrigerador, en agua fría y en el horno de microondas.

Descongelación de Pavos

Inmediatamente después de salir de la tienda, lleve el pavo congelado a su casa y

guárdelo en el congelador hasta el momento que lo necesite. Los pavos no se deben de descongelar en el porche posterior de la casa, en la maletera del automóvil, en el sótano, ni sobre el mostrador de la cocina.

Es posible asar un pavo congelado si no está relleno. En este caso, el tiempo de cocción será, por lo menos, un 50 por ciento más largo que el tiempo recomendado para asar pavos que hayan sido descongelados completamente.

Nota: Los pavos que compre rellenos y congelados, con el sello de inspección del USDA o de su Estado en la envoltura, son sanos porque han sido procesados de acuerdo a medidas sanitarias de control. Estos pavos no se deben de descongelar antes de cocinar. Siga las instrucciones de manipulación que vienen en la envoltura.

Descongelación en el Refrigerador

Cuando se descongela el pavo en el refrigerador, hay que planear por adelantado. Por cada 5 libras de peso del pavo calcule 24 horas de descongelación en un refrigerador cuya temperatura registre 40 °F.

Tiempos de descongelación en el refrigerador

(Pavo entero)

8 a 12 libras	1 a 2 días
12 a 16 libras	2 a 3 días
16 a 20 libras	3 a 4 días
20 a 24 libras	4 a 5 días

Los alimentos descongelados en el refrigerador se pueden volver a congelar sin cocinar, pero su calidad puede desmejorar.

Descongelación en el Horno de Microondas

Siga las instrucciones de fábrica cuando descongele un pavo en el horno de microondas. Planee cocinar el pavo inmediatamente después de descongelarlo porque algunas áreas del pavo pueden entibiarse y empezar a cocinarse durante la descongelación con microondas.

Para mayor información, contacte:

Línea de Información sobre Carnes y Aves del USDA:

1-888-MPHotline (1-888-674-6854)

1-800-256-7072 para personas con dificultad para oír (TTY)

Correo electrónico: mpholine.fsis@usda.gov

Página Web de FSIS: www.fsis.usda.gov

Descongelación con Agua Fría

Calcule, aproximadamente, 30 minutos por cada libra de peso del pavo cuando lo descongele en agua fría. Asegúrese de que la envoltura sea impermeable. Los tejidos del pavo absorben agua como una esponja, lo cual hará que el producto resulte aguado.

Sumerja el pavo en agua fría. Cambie el agua cada 30 minutos hasta que el pavo esté descongelado.

Tiempos de descongelación en agua fría

8 a 12 libras	4 a 6 horas
12 a 16 libras	6 a 8 horas
16 a 20 libras	8 a 10 horas
20 a 24 libras	10 a 12 horas

Los pavos que se descongelan en agua fría se deben cocinar inmediatamente después de descongelados porque este método no permite controlar la temperatura.

El USDA provee igualdad de oportunidad y de empleo.