

Kathy Bernard (301) 344-476

El USDA Revisa las Temperaturas Recomendadas para Cocinar Todos los Cortes Enteros de Carnes, Incluyendo Cerdo, a 145 °F (62.8 °C)

Las temperaturas para cocinar carne molida de cerdo, res, ternero y cordero permanecen a 160 °F (71.1 °C)

WASHINGTON, 24 de mayo del 2011—El Servicio de Inocuidad e Inspección (FSIS, por sus siglas en inglés) de Alimentos del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés) esta actualizando sus recomendaciones para cocinar los asados, filetes y chuletas de cerdo. El USDA recomienda cocinar todos los cortes de carne hasta 145 °F (62.8 °C), al medir con un termómetro para alimentos en la parte mas gruesa de la carne. Entonces, permita un tiempo de reposo de tres minutos antes de cortar y consumir.

Este cambio no incluye las carnes molidas, como la carne molida de res, ternero, cordero y cerdo. Estas se deben cocinar hasta 160 °F (71.1 °C) y no requieren un tiempo de reposo. Las temperaturas inocuas recomendadas para todos los productos de aves, incluyendo carne molida de pollo y de pavo, permanece siendo 165 °F (73.9 °C).

“Creemos que con usar una sola temperatura con todos los cortes de carne, usando el mismo tiempo de reposo de tres minutos, será mucho más fácil para los consumidores recordarlo, resultando en una preparación adecuada de los alimentos” dijo la Sub Secretaria en Inocuidad Alimentaria Elisabeth Hagen. “Ahora sólo tenemos que recordar 3 números: 145 para todas las carnes, 160 para las carnes molidas y 165 para las aves.”

El USDA esta bajando las recomendaciones para las temperaturas adecuadas al cocinar todos los cortes enteros de cerdo, de 160 °F (71.1 °C) hasta 145 °F (62.8 °C), y añadiendo un tiempo de reposo de tres minutos. Las temperaturas inocuas para cortes de carne de res, ternero y cordero permanecen igual [145 °F (62.8 °C)], pero el Departamento esta añadiendo un tiempo de reposo de tres minutos como parte de las recomendaciones de cocción. El cocinar los asados, filetes y chuletas, crudas, de cerdo hasta 145 °F (62.8 °C), con un tiempo de reposo de tres minutos resulta en un producto que es microbiológicamente inocuo y en su mejor calidad.

Por que es importante el tiempo de reposo

El “tiempo de reposo” es la cantidad de tiempo en que el producto permanece a la temperatura final, luego de removerlo de la parrilla, horno, u otra fuente de calor. Luego que la carne es removida de la fuente de calor, su temperatura permanece constante o continúa aumentando durante los tres minutos de reposo, lo que destruye los patógenos. El Servicio de Inocuidad e Inspección de Alimentos (FSIS, por sus siglas en ingles) del USDA, ha determinado que es igualmente inocuo el cocinar los cortes de carne de cerdo hasta 145 °F (62.8 °C) con tres minutos de reposo, que el cocinar hasta la temperatura recomendada previamente [160 °F (71.1 °C)] sin un tiempo de reposo. Las nuevas recomendaciones para cocinar reflejan los mismos estándares que la Agencia usa para los productos cárnicos, cocidos, que se producen en establecimientos inspeccionados federalmente. Estos cuentan con el tiempo de reposo de tres minutos para alcanzar una reducción de patógenos segura.

Apariencia de la carne de cerdo cocida

Las nuevas recomendaciones para cocinar aclaran las percepciones de hace mucho tiempo en relación a la carne de cerdo. En el pasado, los consumidores veían el color rosado de la carne de cerdo como una indicación de que aún estaba cruda. Si la carne de cerdo se cocina hasta 145 °F (62.8 °C), permitiendo un tiempo de reposo de tres minutos, esta todavía puede contener un color rosado pero está inocua para el consumo. El color rosado puede deberse al método de cocción usado, los ingredientes añadidos, u otros factores. Como siempre, la carne de cerdo pasado por el proceso de curar (ej. jamón y chuletas de cerdo curadas) permanecerán rosadas aun después de la cocción.

La apariencia no es un indicador confiable de cuán inocua o riesgosa es la carne. Usando un termómetro para alimentos es la única manera que los consumidores pueden determinar si la carne ha alcanzado una temperatura lo suficientemente alta como para destruir patógenos que podrían presentar una amenaza para la salud publica. Cualquier carne cocida o no curada, incluyendo la carne de cerdo, puede verse rosada, aun cuando ya ha alcanzado la temperatura interna adecuada.

Para más información acerca de la carne de cerdo, incluyendo recomendaciones para su almacenaje, vea nuestra hoja informativa: http://www.fsis.usda.gov/en_espanol/Inocuidad_de_la_Carne_de_Cerdo/index.asp. Los consumidores también pueden visitar la representante virtual del FSIS que provee información en inocuidad alimentaria, en Pregunteleakaren.gov. Los consumidores pueden ver aproximadamente 1,500 preguntas sobre el manejo adecuado de alimentos por tema o producto.

Los especialistas de la Línea de Información sobre Carnes y Aves del USDA pueden contestar sus preguntas acerca de cómo mantener los alimentos sanos durante todo el año. Puede comunicarse con ellos al 1-888-674-6854, de lunes a viernes de 10 a.m. a 4 p.m. hora del este (inglés o español). Puede escuchar 24 horas al día, mensajes grabados llamando al mismo número. Visite la página electrónica, al http://www.fsis.usda.gov/En_Espanol/index.asp o envíe sus preguntas por correo electrónico a MPHotline.fsis@usda.gov.

#

NOTA: Visite la página electrónica del Servicio de Inocuidad e Inspección de Alimentos, <http://www.fsis.usda.gov/home/index.asp> para acceso a los comunicados de prensa u otra información.

Síguenos en Español por FSIS *Twitter*, en http://twitter.com/USDAFoodSafe_es