

# Estabilización doméstica de guisos para mantener en refrigeración



La humanidad se ha visto obligada a luchar siempre para disponer de alimentos suficientes .

Para ello ha procurado no solo cazarlos o producirlos si no conseguir que el excedente se mantuviera en condiciones de ser consumido.



Si en la edad media, hubiesen conocido lo que vamos a explicar,  
no habrían podido rendir por hambre a las ciudades sitiadas



y las penalidades en las grandes travesías por los océanos habrían sido mas leves.



Y la causa por la que las condiciones de los alimentos se modifican, siempre ha sido la misma:



**Los gérmenes,**

que colonizan todo y que en su desarrollo alteran los alimentos que utilizan como nutrientes.

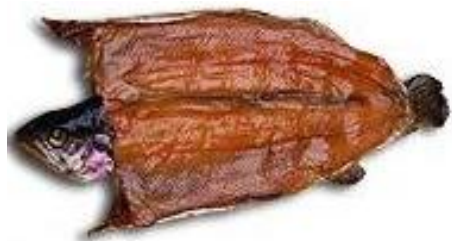
# Ellos mantienen una lucha continua para alimentarse:

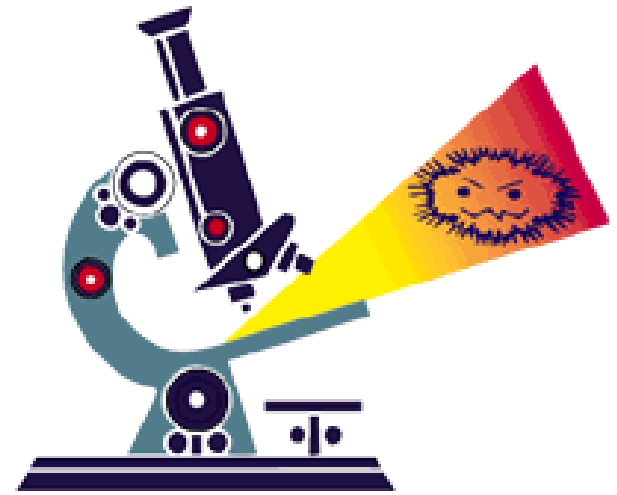
- Con otras bacterias que intentan disputarle los nutrientes a los que hayan accedido.
- Con los defensores del individuo al que atacan, si se trata de un individuo que está vivo.
- Con el medio adverso en que se encuentre





Hasta que se conoció la existencia de los gérmenes, los sistemas de conservación se fueron adoptando mediante la practica ancestral (salazones, secados al sol, almacenamiento en seco etc.).





Pero hoy, gracias a las investigaciones de Pasteur, conocemos la forma de utilizar una herramienta definitiva para estabilizar los alimentos....



sin necesidad de alterarlos ni añadirles  
conservantes u otros elementos extraños.

Basta con ...

**El calor**

**y**

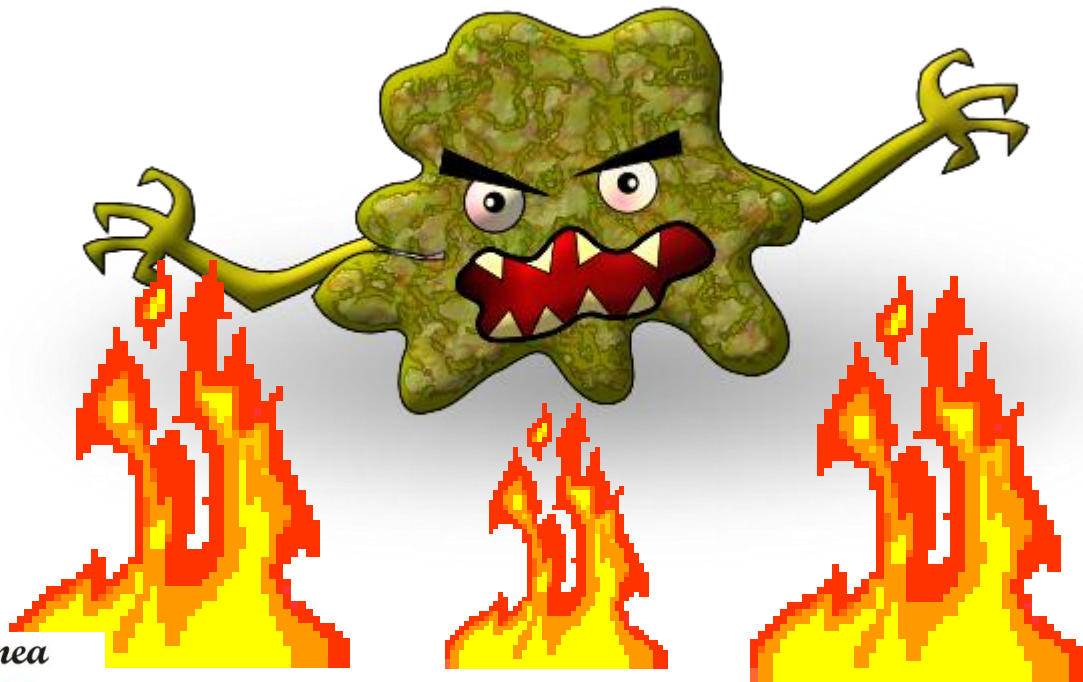
**El Frio**



Sabemos ya que la mayoría de los gérmenes que alteran los nutrientes, mueren con las temperaturas de cocción de los alimentos si se mantienen durante un tiempo suficiente.



También sabemos que los únicos que pueden quedar vivos con los tratamientos térmicos empleados en las cocciones...



... no son capaces de desarrollarse a temperaturas de refrigeración.



Por tanto, un guiso que hemos terminado de cocer, estará libre de bacterias que puedan alterar el alimento.



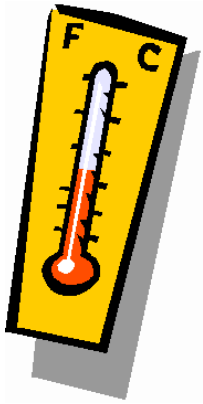
Si evitamos que las bacterias vuelvan a llegar a él antes de enfriarse, se mantendrá inalterado por mucho tiempo, **si lo mantenemos en refrigeración.**



Se trata de algo muy simple:  
Introducimos el alimento en un envase hermético  
y resistente al calor en el momento en que  
terminamos de cocinarlo.

Se tapa **sin que la temperatura baje de 90º c..**

Después lo guardamos en refrigeración.



# Preguntas

- ¿ Que envase necesitamos ?.
- ¿ Es necesario alguna máquina especial para hacer vacío o tapar?
- ¿Se pueden reutilizar los envases?
- ¿Dónde se compran ?
- ¿Cómo puedo asegurarme de la eficacia del cierre?.
- ¿Cuándo lo tengamos en refrigeración o al consumirlo, hay forma de saber si el proceso ha fallado ?.
- ¿Cuáles son las pautas a seguir? (tarros limpios y calientes, llenados hasta arriba, volcar, ver posibles fugas).
- ¿Podemos hacer que se conserven sin frío?



# ¿ Que envase necesitamos ?.

El mejor es el tarro de cristal con cierre hermético mediante tapón metálico.

En algunos alimentos se pueden emplear bosas de plástico, siempre que tengamos algún medio para hermetizarlas.



# ¿ Es necesario alguna máquina especial para hacer vacio o tapar?

No hace falta mas que un trapo de cocina para no quemarnos.

El vacio se hace de forma espontánea.

Si necesitamos ayuda para apretar la tapa, se puede utilizar cualquier abridor que la rodee



# El vacío se hace de forma espontánea

Cuando llenamos un envase con alimento muy caliente, tanto el envase como el alimento están dilatados.

Si antes de que se enfríe lo cerramos herméticamente, cuando se enfríe ocupará menos espacio y se hará el vacío.



# ¿Se pueden reutilizar los envases?

Si, siempre que se limpien bien, y se desechen los que tengan algún desperfecto en la boca de cierre.

Las tapas suelen durar menos, sobre todo si se alteran al abrirlas.



# ¿Dónde se compran ?

Normalmente, en todas las casas se tiene acceso a este tipo de envases, reutilizando los que se compran con alimentos.

No obstante, hay sitios donde se pueden adquirir nuevos e incluso tapas sueltas a muy buen precio.

(Ejemplo: Juvasa en Dos hermanas)



# ¿Cómo puedo asegurarme de la eficacia del cierre?.

Al apretar la tapa, debemos notar que llega al tope sin permitir mas giro.

Si se ha envasado a la temperatura adecuada, al darle la vuelta notaremos si existe alguna fuga.



¿Cuándo lo tengamos en refrigeración o al consumirlo, hay forma de saber si el proceso ha fallado ?.

Observaremos la tapa que debe permanecer ligeramente hundida .

Si está recta o abombada es preferible desecharlo.



# ¿Cuáles son las pautas a seguir?

- 1) Mantener los tarros limpios en agua caliente.
- 2) Llenar hasta que quede aproximadamente medio centímetro para el borde.
- 3) Tapar inmediatamente con un trapo o utensilio apropiado.
- 4) Dar la vuelta y dejar boca abajo.
- 5) Introducir en agua fría hasta que la temperatura baje y llevar al frigorífico



# 1) Mantener los tarros limpios, en agua caliente.

En el cristal es fácil de detectar la falta de limpieza.

Si los mantenemos en agua caliente, a la hora de llenarlos evitamos que baje la temperatura del guiso. También podemos mantenerlos en el horno puesto a baja temperatura.



## 2) Llenar hasta que quede aproximadamente medio centímetro para el borde.

Es importante que el envase no quede a medio llenar ya que corremos el riesgo de que en la parte superior pueda quedar contaminación.



### **3) Tapar inmediatamente utilizando un trapo o utensilio apropiado para no quemarse.**

Es importante que se coloque la tapa antes de que comience a enfriarse.

Es suficiente con un paño o guante de cocina.

Si se utiliza una llave para cerrar, cuidado con no excederse para no pasar la tapa de rosca.

Si pasa sin tope, se debe desechar la tapa.

## 4) Dar la vuelta y dejar boca abajo.

- De esta forma nos aseguramos de que no queda nada vivo en la parte superior.

También nos ayuda a detectar cualquier fuga de cierre ya que se produce una presión intensa.

Por seguridad debe hacerse envuelto el tarro en el trapo de cocina.

# 5) Introducir en agua fría hasta que la temperatura baje y llevar al frigorífico.

Siempre en agua a temperatura ambiente y no excesivamente fría ya que el choque térmico puede producir la rotura del frasco si tiene algún fallo de estructura.