Modo Abuela

¿Se echa a perder la comida?

Cuánto aguantan el refrigerador y el congelador sin luz, y qué tirar.

Ahora mismo

- [ ] No abras el refrigerador ni el congelador.
- [ ] Anota la hora en que se cortó la luz.
- [ ] Si el corte va para largo, consigue hielo y una conservadora.

Paso a paso

1. Puertas cerradas, reloj en marcha
Con las puertas cerradas, el refrigerador mantiene la comida segura unas 4 horas. Un congelador lleno aguanta unas 48 horas; si está a medias, unas 24.

2. Si pasa de 4 horas, mueve lo importante
Pasa la carne, el pescado, los lácteos y las sobras a una conservadora con bastante hielo. Tiene que quedar a 4 °C (40 °F) o menos. Un termómetro te saca la duda.

3. Lo que estuvo sin frío, se va
Si los alimentos perecederos del refrigerador pasaron más de 4 horas sin luz y sin otra fuente de frío, tíralos.

4. El congelador se revisa aparte
Lo que todavía tiene cristales de hielo, o está a 4 °C (40 °F) o menos, en general se puede volver a congelar o cocinar. Si no puedes confirmarlo, a la basura.

Ojo con esto

- Nunca pruebes ni huelas la comida para saber si está buena. Hay bacterias que no cambian ni el olor ni el sabor.

- Si no sabes cuánto tiempo estuvo sin frío, tírala. Enfermarse sale más caro que un kilo de carne.

Lo que te sirve tener

- [ ] Termómetro para refrigerador
- [ ] Conservadora (hielera) con hielo o geles congelados
- [ ] Papel y lápiz para anotar la hora

La abuela olía la leche para ver si estaba buena.

Con comida que estuvo sin frío, no sirve: el olor no te avisa de todo. Si dudas, a la basura.

Fuentes

CDC (EE. UU.): Mantener los alimentos seguros después de una emergencia.
https://www.cdc.gov/food-safety/foods/keep-food-safe-after-emergency.html

FoodSafety.gov: Seguridad de los alimentos durante un corte de luz.
https://www.foodsafety.gov/food-safety-charts/food-safety-during-power-outage