

Tabla 2. Técnica de conservación

TÉCNICAS DE CONSERVACIÓN	
Técnica	Descripción
Mediante calor	•Pasteurización ⁷ : se aplican temperaturas inferiores a 100°C durante pocos segundos
	•Esterilización: se aplican temperaturas de 120°C durante un largo periodo de tiempo (20 minutos).
	• Uperización ⁸ : Se aplican altísimas temperaturas (140°C) durante muy poco tiempo (2 segundos)
Mediante frío	• Refrigeración: se mantiene el alimento a bajas temperaturas (entre 2 y 8°C) sin alcanzar la congelación.
	• Congelación: Se somete el producto a temperaturas inferiores al punto de congelación (a -18°C) durante un tiempo reducido
	•Ultra congelación: Se somete el producto a una temperatura entre -35 y -150°C durante un breve periodo tiempo
Por deshidratación	• Secado: es una pérdida de agua parcial en condiciones ambientales natural o bien con una fuente calor suave y corrientes de aire.
	• Concentración: consiste en una eliminación parcial de agua en los alimentos líquidos.
	• Liofilización: consiste en la eliminación total del agua mediante una congelación rápida seguida de una sublimación.
Mediante aditivos	• De origen natural (vinagre, azúcar, aceite, sal, alcohol) o bien sea de origen industrial debidamente autorizados (benzoato de sodio para frutas y verduras, ácido acético para encurtidos, dióxido azufre para los productos deshidratados, entre otros).
Por irradiación	• Consiste en la exposición de alimentos a radiación ionizante

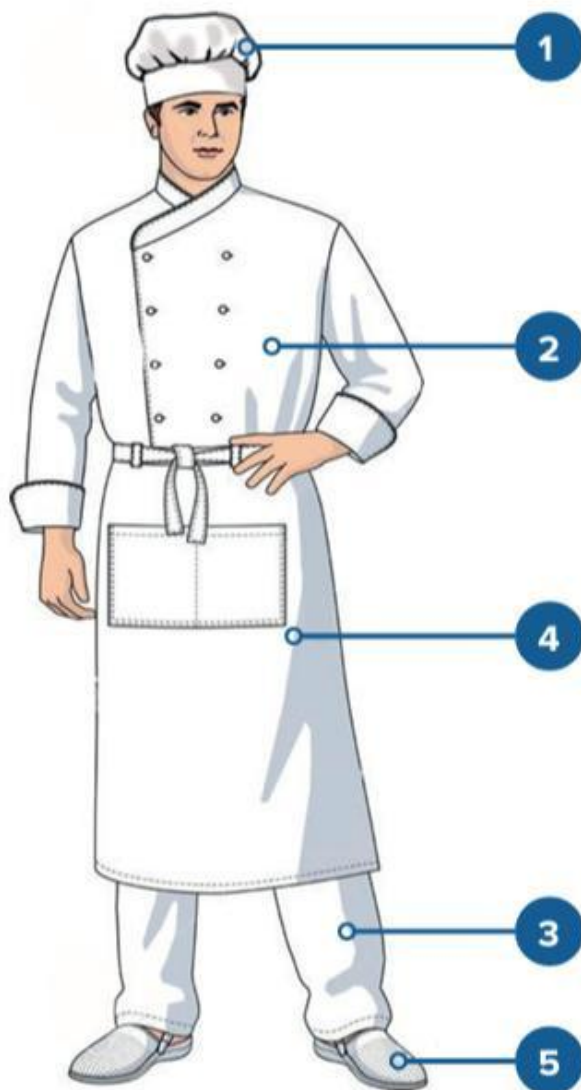


Figura 4. Traje de adecuado para cocina

(1) Gorro del cocinero

Elemento imprescindible cuando se cocina y se trabaja con alimentos, ya que ayuda a absorber el sudor del trabajador e impide que en la comida caigan pelos.

(2) Gabacha

Se diseña para aislar nuestros cuerpos del calor intenso de la estufa o salpicaduras accidentales de líquido caliente.

(3) Pantalón

Debe ser cómodo y lo más fresco posible, hecho de algodón. Lo mismo ocurre con el gorro de cocinero y con el propio delantal.

(4) Delantal

Ayuda a proteger la ropa del trabajador, no solo evitando que se ensucie, sino que también se desgarrar por las labores propias del día a día.

(5) Calzado

Debe ser lo más cómodo posible, y sobretodo no resbaladizo.

Como vemos, nunca debemos menospreciar el uso de un uniforme laboral adecuado en la cocina de un negocio. Y es que no hay duda que, aunque los clientes no lo ven, seguro nos lo agradecerán.