

# 冰浴冷却

## 使用说明

**41°F**  
↓

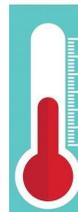
时间和温度冷却的一个例子是冰浴冷却。冰浴适用于冷却稀汤和酱汁。炖菜或辣椒等浓稠的食物应采用浅盘冷却法。

以下是冰浴冷却的正确步骤：

1. 将食物从热源上移开。将容器放在干净的水槽中，塞上水槽的塞子。
2. 添加足够多的冰块，直到冰块与食物处于同一水平，然后添加足够的水来填充冰块之间的空间。
3. 每 10-15 分钟搅拌一次食物。
4. 冰融化后，排干水，然后重复步骤 2。
5. 使用刻度盘温度计或数字温度计监测食物内部的温度并确保遵循两步冷却步骤。应在搅拌后测量食物中心部位的温度。可能需要记录温度。



步骤 **1**：在 **2** 个小时内，将食物从 **135°F** 冷却至 **70°F**，不用盖盖子



步骤 **2**：然后，在总共 **6** 个小时内，将食物冷却至 **41°F**

6. 食物冷却至 41° F 或以下后，立即冷藏或冷冻食物。用密封盖、保鲜膜或铝箔盖住冷却的食物。