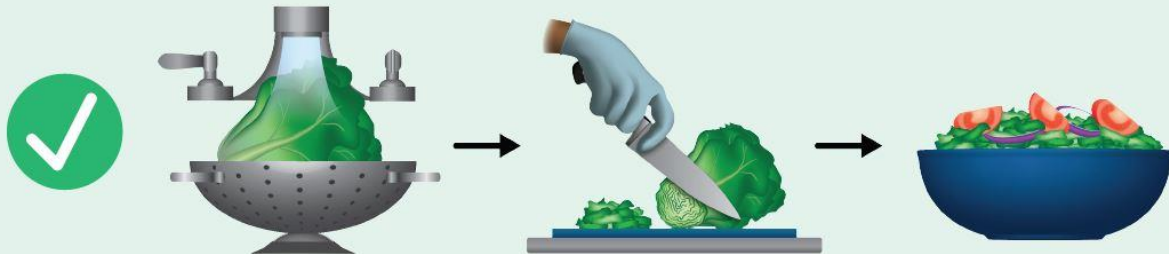


Lavado de Frutas y Verduras

Las frutas y verduras pueden tener gérmenes, insectos, pesticidas y otras cosas en el exterior. Todas las frutas y verduras enteras deben enjuagarse antes de prepararlas o servir las para eliminar elementos que puedan causar enfermedades. Esto también incluye aguacates, bayas, guarniciones y hierbas frescas.

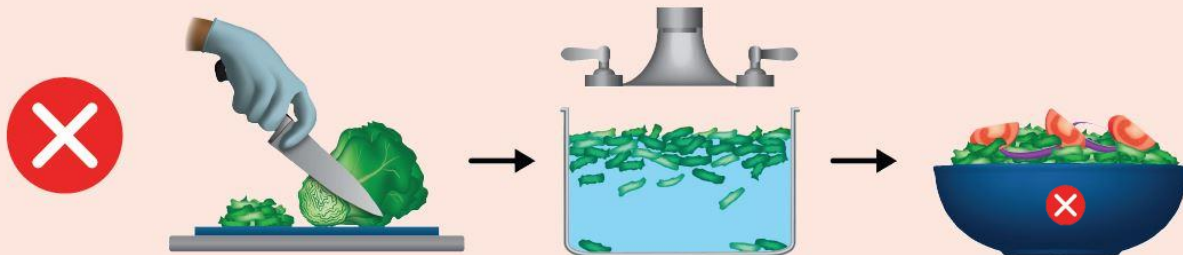
- ✓ Una buena forma de pensarlo es que las frutas y verduras deben ducharse o bañarse, no tomarse un baño de tina.

Enjuague con agua corriendo antes de la preparación para eliminar primero la suciedad y los gérmenes.



Lávese las manos y use guantes cuando trabaje con alimentos

Un cuchillo transporta gérmenes y suciedad del exterior al interior de la comida.



Los gérmenes pueden causar contaminación cruzada en el baño de agua y la ensalada se vuelve insegura.



- Enjuague las frutas y verduras únicamente en un fregadero de preparación de verduras aprobado.
- Lave, enjuague y desinfecte el fregadero de preparación de verduras antes de usarlo.



NO enjuague frutas ni verduras en el fregadero de tres compartimentos ni en el lavamanos.



Modified from 'Wash Produce Before Preparing or Serving' by Tacoma-Pierce County Health Department / CC BY-NC 4.0. Photo credit.