



Las reglas de Thermy™!

1. Usa siempre un termómetro para alimentos cuando cocines.

Un termómetro para alimentos te ayudará a saber si los alimentos han alcanzado una temperatura suficientemente alta para matar las bacterias dañinas.

2. No te debe engañar el color de la carne cocida, ya sea que esté de color rosado o marrón.

La única manera segura de saber si los alimentos están cocidos adecuadamente es utilizando un termómetro para alimentos.

3. En la mayoría de los alimentos, el termómetro se coloca en la parte más gruesa, lejos del hueso o grasa.

4. Cocina los alimentos hasta alcanzar una temperatura interna adecuada.

145 °F (62.77 °C)—Carne de res, cordero y ternera.
Filetes y asados.

160 °F (71.11 °C)—Carne molida de res, cerdo, ternera y cordero. Chuletas, costillas y asados de cerdo. Platos a base de huevo.

165 °F (73.88 °C)—Carne de pavo y pollo molida. Rellenos, cazuelas y sobrantes.

170 °F (76.66 °C)—Pechugas de pollo y pavo.

180 °F (82.22 °C)—Pollo y pavo. Ave entera, cadera, muslos y alas.

Las temperaturas están en grados Fahrenheit (°F) y Celsius (°C).

5. Verifica la temperatura en diferentes lugares para que te asegures que los alimentos han sido cocinados adecuadamente.

6. Lava el termómetro para alimentos con agua caliente y jabón después de usarlo.

Decifra cada una de las palabras claves. Escribe las letras de las celdas enumeradas en las otras con el mismo número.

TROMOTERME

				10			11				

MENATOLIS

				5			9			3

CINCOAR

				4			

TUPETEMRARA

									2		6
				7							

GRDOSA

				5		

Departamento de Agricultura de los Estados Unidos

Servicio de Inocuidad e Inspección de los Alimentos

B							H				Y
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12