

¿DÓNDE CONSERVAR?

En frascos de vidrios, los mismos son reutilizables, las tapas deben ser nuevas para preservar la integridad de la conserva.

PROCESO DE ELABORACIÓN

Esterilización de frascos y utensilios: Lavar con detergente y agua, enjuagar. Hervir 15 minutos los frascos a baño maría y las tapas 5 minutos.

Lavar la materia prima, previamente seleccionada, con agua potable o clorinada.

Si es necesario pelar las frutas y/o verduras utilizando un método manual o químico. Seguidamente, los productos se pueden cortar en mitades, cuartos, rodajas, tiras o cubos.

Escaldado: Procedimiento muy utilizado cuando se elaboran hortalizas, poco usado en frutas. El mismo se realiza sumergiendo las hortalizas en agua hirviendo unos minutos. De esta manera se ablandan los tejidos, se inactivan enzimas que producen alteraciones en el color, sabor u olor, desprende pieles, disminuye los microorganismos presentes.

Envasado: en recipientes de vidrios limpios y secos.

Evacuado: antes de cerrar el envase es necesario expulsar el aire.

Cerrado: cerrar herméticamente el envase e inmediatamente esterilizar el producto. Las conservas ácidas (pH menor a 4,5) se esterilizan a baño maría por algunos minutos. Las conservas poco ácidas no se pueden elaborar artesanalmente.

Enfriamiento y almacenamiento: se debe bajar rápidamente la temperatura del producto para evitar alteraciones.

Observar a las 2 semanas la conserva para detectar posibles cambios. Los envases se rotulan con nombre del producto, fecha de envasado. Almacenarlos en un lugar fresco, seco y sin luz.

**PRO
HUERTA**

AER INTA ADELIA MARÍA

Lic. Luciana Pomba - PRO HUERTA

H. Irigoyen 30

(5843) Adelia María (Cba.)

Tel.: (03585) 420408

E-Mail: intaam@mjuarez.inta.gov.ar

Idea y Realización: Lic. Luciana Pomba (AER Adelia María)

Diseño Gráfico: Tec. Gabriela Mastrovincenzo (AER Canals)

CONSERVAS CASERAS DULCES Y SALADAS

PROCEDIMIENTO SENCILLO Y NATURAL
CON LOS RECURSOS DEL HOGAR Y SIN
LA UTILIZACIÓN DE LA REFRIGERACIÓN

**PRO
HUERTA**



Ministerio de
Agricultura, Ganadería y Pesca
Presidencia de la Nación



Ministerio de
Desarrollo Social
Presidencia de la Nación

ALIMENTO: Se considera a toda sustancia o mezclas de sustancias, sólidas o líquidas, naturales o elaboradas, que ingerida por el hombre aporten a su organismo los elementos y la energía necesarios para el desarrollo de sus procesos biológicos.

Los alimentos se clasifican en:

PERECEDEROS: Son considerados alimentos de alto riesgo, por ser ricos en proteínas, tienen alto contenido en humedad y baja acidez. Su vida útil es reducida. Dentro de esta familia se encuentran las carnes crudas y cocidas, leche y huevo con sus derivados.

NO PERECEDEROS: Se consideran alimentos de bajo riesgo, poseen bajo contenido en humedad y son ácidos, propiedades que le atribuyen una mayor vida útil. Como ejemplo encontramos el pan, galletitas, cereales, sal harinas y conservas.



Al manipular alimentos es necesario trabajar con **Buenas Prácticas de Manufactura** para minimizar los riesgos de producir enfermedades transmitidas por los alimentos. Ello incluye el lavado de manos con agua y jabón antes y durante la elaboración de las conservas; después de ir al baño, después de sonarse la nariz, después de tocar objetos contaminados. Las personas que manipulan alimentos deben tener las uñas cortas y limpias, usar el pelo recogido, delantal y ropa limpia para cocinar. Está prohibido comer, fumar, toser, estornudar sobre los alimentos.

En caso de que el manipulador presente enfermedades respiratorias o gastrointestinales, se prohíbe la manipulación de alimentos.

MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS



CONSERVA DE ALIMENTOS: Son todas las acciones tomadas para prolongar la vida útil de los alimentos, de forma que mantengan su calidad higiénica (que no causen daño), nutricional y sus características organolépticas (color, olor, sabor, etc.).

La materia prima que forme parte de la conserva debe estar en perfecto estado de madurez, fresca, sana, libre de impurezas, insectos y enfermedades.

La conservación de alimentos nos permite disponer de alimentos todo el año independientemente de la época de producción, disminuir las pérdidas de alimentos en los picos de producción, diversificar la dieta alimenticia.

MÉTODOS DE CONSERVACIÓN

- **Bajas temperaturas:** refrigeración y congelación.
- **Altas temperaturas:** pasteurización y esterilización.
- **Conservadores naturales:** azúcar y sal.
- **Acidez:** estabilizar el pH del producto incorporando ácido acético (vinagre) o ácido cítrico (limón). El pH de las conservas debe ser ácido, por debajo de 4,5. Para medirlo se usa cinta de tornasol o peachímetro.