



¿Preparas conservas en casa?

TE CONTAMOS CÓMO HACERLO DE FORMA SEGURA

REMUEVE EL CONTENIDO

Así, extraerás el aire que pueda haber en su interior y evitarás que proliferen microorganismos patógenos y sus toxinas.

Antes de colocar las tapas, asegúrate de dejar libres unos 2-3 centímetros por debajo del borde del tarro.



HIERVE LOS TARROS LLENOS

Calienta los recipientes en una olla convencional o a presión con agua hirviendo. El tiempo de calentamiento y el tipo de olla a utilizar dependen del alimento.



LIMPIA Y SECA

Para evitar la contaminación de los alimentos, es imprescindible que la superficie de trabajo, los utensilios que vayas a utilizar y tus manos estén bien limpias y secas.



ESTERILIZA LOS TARROS VACÍOS

Pon los botes de vidrio y las tapas en agua hirviendo durante 15 minutos. Así se eliminan los microorganismos patógenos que pudieran tener. Escúrrelos totalmente o sécalos antes de utilizarlos.



PELA, ESCALDA O COCINA

De esta manera, añadirás una protección extra frente a los microbios en los alimentos.



COMPRUEBA QUE EL CIERRE SEA HERMÉTICO

Pon los tarros boca abajo mientras se enfrían para comprobar que estén bien sellados al vacío.



APUNTA LA FECHA

Etiqueta las conservas con la fecha de elaboración y el producto que contienen. Se recomienda consumirlas antes de un año.

Y almacénalas en un lugar fresco y seco.



IMPORTANTE ANTES DE CONSUMIR:

Recuerda que el principal riesgo de las conservas caseras es el botulismo. Para prevenirlo puedes calentar las conservas a una temperatura de 80°C durante 10 minutos antes de consumirlas. De esta forma, te aseguras de que no contengan toxinas botulínicas.



Evitando el desperdicio de alimentos podemos ayudar al planeta