



huevo

TODO LO QUE DEBEMOS SABER SOBRE LOS



**Gastronomía
Cantábrica**
Elikaduraren profesionalak

CÓMO SABER SI EL HUEVO ESTÁ EN BUEN ESTADO O NO

Cámara de aire

Mayor tiempo desde la puesta y mayor temperatura --> mayor formación de la cámara de aire

Frescura

Mayor cámara de aire --> menor frescura --> mayor probabilidad de que los microorganismos entren al huevo.

Fecha de consumo

Comprobar la fecha de consumo preferente (no la de caducidad) que debe estar obligatoriamente en el envase y opcional en el huevo.

MÉTODOS PARA HACER UNA ESTIMACIÓN DE LA FRESCURA DEL HUEVO

Que sea fresco no es garantía de que sea libre de bacterias.

La manipulación y conservación del huevo juega un papel muy importante.

Agitar el huevo y escuchar

A mayor ruido, más viejo porque la cámara de aire es mayor. Requiere experiencia

Observar el huevo a contraluz

Veremos si la yema se mantiene en el centro, si no, no está en buen estado.

Cascar el huevo

Si la yema se queda en el centro es un huevo fresco, si no no.

¿CÓMO CONSERVAR LOS HUEVOS EN CASA?

En el supermercado es habitual que los huevos estén fuera de los frigoríficos pero, casi siempre se encuentran en las zonas frías del mismo, cerca de los congelados o de los refrigerados. Así se mantienen una temperatura óptima y constante.

Y en casa, la manera de evitar el deterioro y que se rompa en exceso la cadena del frío es guardándolos en la nevera.



DEJARLOS EN SU ENVASE LOS PROTEGE DE...

- ▶ Cambios de temperaturas
- ▶ Cambios de sabor por impregnarse de olores de otros alimentos al ser la cáscara porosa
- ▶ Golpes
- ▶ Contacto con otro alimento
- ▶ Contaminación cruzada

Y ADEMÁS...

El envase tiene la información sobre la fecha de consumo preferente.

DÓNDE ES ACONSEJABLE DEJARLOS

EN LA PUERTA NO
Al abrirla y cerrarla se
puede romper la
cadena del frío



Si se rompe, se corre el
riesgo de que un
microorganismo dañe
el alimento y pierda
alguna de sus
propiedades

LA MEJOR OPCIÓN
En las baldas bajas junto
a carnes y pescados

OTRA OPCIÓN
En la zona media junto a
los envasados; lácteos,
embutidos...