

Su despensa, producto a producto

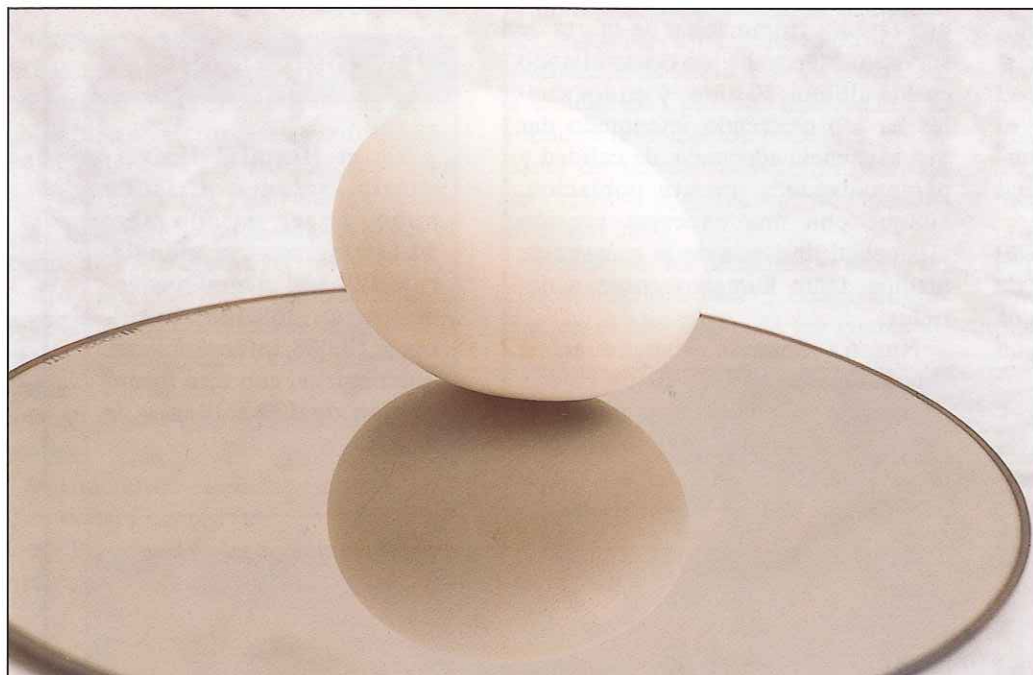
En esta segunda parte de nuestro reportaje sobre un producto tan habitual y constante en nuestra mesa como el huevo, no podía faltar una serie de consejos y normas para que su manipulación y su consumo se hagan de una forma correcta. Por sus cualidades particulares, un incumplimiento de esos hábitos higiénicos puede provocar una intoxicación alimentaria.

exterior no es fácil mientras conserve la película de mucina superficial que lo recubre, la membrana interna íntegra y las propiedades bacteriolíticas de la clara.

Guillermo Suárez, catedrático de Microbiología e Inmunología de la Facultad de Veterinaria de la Universidad Complutense de Madrid, afirma que, a partir de las más recientes

ferente que está impresa en el envase del huevo.

- No lave los huevos antes de meterlos en el frigorífico.
- Cuaje bien las tortillas y manténgalas en refrigeración.
- Prepare la mahonesa con la máxima higiene y consérvela en el frigorífico hasta su consumo.
- No rompa el huevo en el borde de



Fotos: Mariano Casado

La manipulación y consumo del huevo (y II)

Es un hecho que la falta de higiene durante la manipulación y consumo de alimentos es una de las causas más comunes de algunas toxiinfecciones alimentarias. Por ejemplo, la salmonelosis, una de las más frecuentes durante el verano, está provocada en la mayoría de los casos por la bacteria «*Salmonella enteritidis*». Los síntomas (diarrea, vómitos, dolor abdominal, fiebre y dolor de cabeza) aparecen entre las 12 y 36 horas después de haber ingerido un alimento contaminado y persiste de uno a cuatro días.

El huevo tiene una estructura biológica que hace difícil su contaminación. La penetración de gérmenes desde el

investigaciones, se puede afirmar que «un huevo fresco procedente de ponedoras sanas, recogido y manejado en condiciones higiénicas de garantía, no permite pensar en una contaminación en origen».

El Instituto de Estudios del Huevo recuerda cuáles son las precauciones que se deben tomar a la hora de manipular los huevos, para evitar posibles contaminaciones exteriores. Estas serían las más significativas e imprescindibles para comer con todas las garantías de salud:

- Compre siempre huevos con la cáscara intacta y limpia.
- Respete la fecha de consumo pre-

los recipientes donde los vaya a batir. Por razones de higiene, el recipiente donde se batan los huevos debe usarse únicamente para esta operación.

- No separe las claras de las yemas con la propia cáscara.
- No deje los huevos, ni los alimentos que los contengan, a temperatura ambiente.

• Conserve siempre en el frigorífico los pasteles, natillas, salsas, etc. y consúmalos en las 24 horas siguientes a su elaboración.

Por último, **es importante recordar que el huevo no es sólo un alimento en el que la relación calidad nutritiva-precio es inmejorable, sino que al mismo tiempo es componente esencial en la alimentación saludable y la gastronomía mediterránea.**

Consejo Asesor del Instituto de Estudios del Huevo

www.institutohuevo.com