

## DA GELADEIRA



### 1 Limpeza



- Priorizado que seja feita quando houver poucos alimentos, e os que estiverem no freezer devem ser consumidos logo.
- Desligar o equipamento e deixar ocorrer o degelo;
- Após a retirada da água do degelo higienizar com esponja e pano (ajuda a retirar resíduos), água e detergente toda a superfície, retirando as grades e gavetas;
- Enxaguar;
- Borrifar álcool 70% em toda a superfície;
- Aguardar 20 minutos para religar o equipamento.

### 2 Compra



- É importante ter uma ordem correta de compra de forma que os alimentos que precisam de refrigeração sejam pegos por ultimo;
- O transporte dos alimentos comprados deve ser feito em locais que não sejam quentes (de preferência longe do motor).
- Para todas as carnes: Comprar carnes que sejam adequadas para consumo, então compre em locais que confie, se for comprar a carne congelada ficar atenta ao freezer, se estiver muita água pode ser um sinal de que as carnes dentro dele podem não estar sendo conservadas na temperatura correta, analise a embalagem, embalagens gotejando indicam descongelamento da carne e assim não se é sabido o quanto a mesma está sendo conservada na temperatura adequada.
- Peixe: Avaliar o aspecto do peixe, que além de dever estar em um local refrigerado, deve ter uma aparência de fresco, escamas firmes, brilhosas (se comprados frescos) guelras rosas a vermelhos sempre brilhantes e úmidas, carne deve estar firme e com cheiro característico.
- Frango: Avalie o aspecto do alimento, consistência característica da carne, que é mais firme e não mole, pegajosa e nem de cheiro forte, colorações que vão além do rosado, como esverdeado e escurecimento indicam problema.

### 3 Limpeza e organização das compras



- Alimentos que possam ter alguma carne crua ou algum líquido escorrendo devem ser armazenados em algum outro pote;
- Os vegetais devem ser guardados limpos;
- Após a compra os primeiros alimentos a serem guardados na geladeira devem ser os refrigerados, depois os congelados.

### 4 Organização



- Guardar primeiro os que precisam ser refrigerados depois os congelados;
- Prateleira superior: laticínios como iogurtes, queijos, maionese, patês, presuntos, manteiga, leite, suco e ovos;

1. Iogurte - validade de 1 a 2 semanas, verificar embalagem.



2. Queijos - A validade que consta na embalagem é referente ao produto fechado. A partir do momento em que os laticínios são abertos, a validade é de até três dias em refrigeração; Ao comprar uma peça grande, é recomendável cortar a quantidade que será consumida e fracionar o restante para o congelamento.



3.Maionese - tem validade de aproximadamente dois meses (observar na embalagem).



4.Manteiga - validade de 1 a 2 meses, observar na embalagem.



5.Leite - segundo o MAPA o armazenamento ideal do leite é de 4°C, o leite UHT pode ser consumido em até três meses após a data do seu processamento e ser armazenado em temperatura ambiente em local fresco e sem umidade quando fechado e quando aberto na geladeira em temperatura de 1 a 10°C e deve ser consumido em até 48 horas.



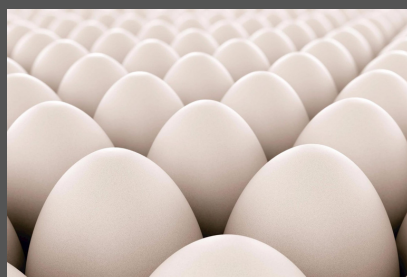
6.Suco in natura - Devem ser armazenados em vasilhame adequado, bem rosqueado, e sua validade irá variar de acordo com a fruta, não armazenar na porta pois sua temperatura irá variar principalmente em dias muito quentes.



7.Suco UHT - Se atentar a embalagem que deve estar intacta e com a validade em dia, não comprar se estiver vazando,furada,ou estufada, isso pode indicar a presença de microorganismos. Esse alimento deve estar armazenado quando aberto em baixas temperaturas, por isso não deve ser guardado na porta da geladeira pois a mesma é aberta várias vezes e por isso é uma área com grande variedade de temperatura e por isso sua conservação pode não ser completa. Lembre-se sempre de seguir o que indica o fabricante.



8.Ovo - temperatura abaixo de 8°C para conservar por mais tempo, podendo durar 60 dias, já em temperatura ambiente o tempo diminui para 30 dias.



- Parte intermediária: alimentos cozidos, preparados ou semi-prontos.

1.Arroz cozido – Deve ser refrigerado rapidamente em até 2 horas após seu cozimento para evitar contaminações e pode ser mantido de 4 a 6 dias na geladeira se não houver variação de temperatura.



- Prateleira inferior: carnes, peixes, outros alimentos crus ou em processo de descongelamento;

1.Para todas as carnes: Carnes que não são compradas congeladas não devem ser congeladas porque não se sabe a procedência da carne que veio do açougue e por isso não se sabe a temperatura que a carne veio e nem a temperatura do congelador, para que assim o alimento se mantenha conservado em temperatura ideal e assim não ocasione nenhuma doença.





- Gaveta: frutas, verduras e legumes.

1. Devem ser higienizadas e completamente secas antes de armazenar na geladeira. Segundo a ANVISA as hortaliças devem ser armazenadas sob refrigeração a 5°C por no máximo três dias. Frutas e legumes se estiverem integras devem ser armazenadas em temperatura ambiente (em local fresco e arejado), mas quando maduras podem ser transferidas para a geladeira. Caso seja necessário acondicionar uma fruta já cortada, por exemplo, recomenda-se que ela seja armazenada sob refrigeração em recipientes de vidro a 5°C. Devem ser armazenados na gaveta da geladeira onde a temperatura é menor. Podem durar meses.



- Porta: azeitonas e outras conservas, condimentos, geleias, água e outras bebidas;

1. Água - Lembre de armazenar a água em um vasilhame adequado e fechado para que quando abrir e fechar a geladeira não ocorra a contaminação da mesma, esta pode ficar localizada na porta pois não existe perigo de perecibilidade, desde que esteja em uma garrafa bem fechada não ocorrerá contaminação.

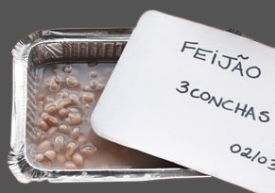


- Freezer: alimentos congelados como as preparações prontas como lasanhas, pizzas, entre outras, além de sorvete, carne, frango, peixe etc.

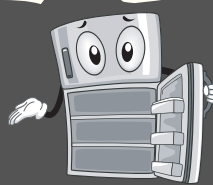
1. Hambúrguer - Deve ser armazenado no congelador até a data de validade do fabricante.

2. Carnes compradas congeladas podem ser armazenadas no congelador até a data do fabricante. Ex: Frango, peixes e outros tipos de carne.

3. Feijão - O feijão pode ser mantido no congelador por até 3 meses desde que congelado após cozido sem temperar.



## 5 Cuidados



- Lembrar de verificar se a geladeira está funcionando, se as portas estão fechadas e se as borrachas que permitem o isolamento estejam adequadas.
- A geladeira não deve ficar muito cheia de alimentos, e as prateleiras não devem ser cobertas com panos ou toalhas, porque isso dificulta que o ar frio circule.
- Abra a geladeira somente quando necessário e mantenha a porta aberta pelo menor espaço de tempo para evitar flutuações de temperatura. Não guarde alimentos por muito tempo, mesmo que seja na geladeira. O alimento preparado não deve ser conservado na geladeira por mais de cinco dias. Higienize periodicamente geladeira, congelador e freezer.



## Referências

- Quanto tempo o alimento dura no congelador. Revista Casa e Jardim, 2014, Disponível em: <https://revistacasaejardim.globo.com/CasaeComida/Reportagens/Comida/noticia/2014/05/quanto-tempo-o-alimento-dura-no-congelador.html>. Acesso em: 11/10/2020.
- Wiethölter, Maguida Josiani; Fassina, Patrícia. Temperaturas de armazenamento e distribuição dos alimentos. 2015. DOI: <http://dx.doi.org/10.20396/san.v24i1.8646468>. Acesso: 02/10/2020

- Manual de Boas Práticas da Divisão de Nutrição e Dietética – Diretoria – Serviço de Hotelaria – Produção de Refeições – Florianópolis: EBSEH – Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares, 2019. 73p.
- Leite, Luísa Helena Maia; Machado, Paula Aballo Nunes; Vasconcellos, Ana Lúcia Ribeiro de; Carvalho, Idria Mendes de; Boas práticas de higiene e conservação de alimentos em cozinhas residenciais de usuários do programa saúde da família,2009. Acesso em:02/10/2020
- Ribeiro; C, S; Fravet; F,F,M; Boas práticas para aquisição, manipulação e armazenamento de alimentos em cozinhas residenciais,2011.Acesso em:02/10/2020

6º semestre - Vespertino

Tecnologia de Produtos de Origem Animal;

Professor André Luiz Assi;

Hítala Beatriz da Silva Santos RA:1642350

Fernanda Cristina Milão Silva RA:2519290

Luísa Beatriz Garcia Silva Rocha RA:2212640

Victoria Caroline Máximo dos Santos RA:2007070