

El cuidado de los alimentos



- Es muy importante la higiene al comer y manipular alimentos.
- El frío es un buen sistema para conservar los alimentos.

Higiene y Alimentos

Lavarse bien las manos antes de comer o manipular alimentos

Lavar bien los alimentos antes de consumirlos, sobretodo los que consumimos sin cocinar

Limpiar muy bien platos, cubiertos y todos los utensilios que usamos para comer y guardar los alimentos.

La conservación de los alimentos

- La mejor forma de conservar los alimentos es con el frío.
- Para que se mantengan en buen estado durante mucho tiempo lo mejor es congelar los alimentos.
- Algunos alimentos llevan conservantes para que duren más tiempo.
- También se usan botes, latas, Tetra Brik, es lo que se llaman conservas.