



En la cocina, por ignorancia, tradición o simplemente porque sí, muchas veces estamos convencidos de

Sin más ni más, iniciemos...

1. No pasa nada si comés un alimento vencido

Falso. La fecha de caducidad indica que, pasado ese día, el producto pierde su calidad y valor nutrición

2. Nunca hay que descongelar la comida a temperatura ambiente

Verdadero. Si saca usted la carne congelada en la mañana para consumirla al medio día o en la tarde y

3. No es seguro comer alimentos envasados en latas abolladas

Falso. Mientras la abolladura no haya perforado la lata, no esté ubicada en las costuras, en la tapa o en

4. Durante la cocción se evapora todo el alcohol

Falso. Siempre queda un residuo. Después de un breve hervor, permanece el 85% del alcohol, tras una

5. Las sobras deben tirarse después de una semana

Falso. Guardá los saldos y retazos de la cena por tres días, no más. Sobre todo, las carnes, lácteos y ju

6. No se deben guardar los huevos en la puerta de la heladera

Verdadero. Conviene almacenarlos en el envase original y en un estante para evitar los cambios de tem

7. Rellenar reiteradamente las botellas de agua puede ser perjudicial para la salud

Verdadero. Es un clásico en las oficinas que casi nadie está dispuesto a admitir. Muchas veces se rellena

8. Los alimentos deben enfriarse antes de meterse al refrigerador

Verdadero. Conviene dejarlos reposar dos horas, como máximo. El frío ayuda a mantener las cualidades

9. El teflón es cancerígeno

Verdadero y falso. Lo que se sabe hasta ahora es que el teflón, a partir de los 370 grados, libera hasta

¿Quién pone un sartén a esa temperatura? A la fecha no conocemos a nadie, pero ante la duda podemos