

# Recetas y sugerencias en web

La educación y la difusión de información, son los mecanismos más eficientes para evitar enfermedades transmisibles por alimentos, engaños y fraudes al consumidor.

La información que brindan los técnicos en cuanto al manejo de la carne, el conocimiento de los cortes cárnicos y su utilización más recomendada, son insumos a los que todo consumidor de carnes debe de poder acceder.

Por este motivo, dentro de la página Web de INAC se creó un espacio dedicado al consumidor, donde se dan consejos a seguir en la compra del alimento y la elaboración de platos en base a carne.

Puedes consultar con tu familia, por ejemplo, la descripción de los cortes de carne más demandados por el consumidor, sus características culinarias y gustativas y los métodos de cocción recomendados.

En la misma página dentro del capítulo de información, se brindan datos estadísticos del comportamiento del consumidor de carnes en Uruguay:

- Consumo de diferentes tipos de carnes
- Preferencia de lugares de compra



- Variaciones de canastas por zonas geográficas por nivel de ingresos de la población
- Evolución a lo largo del año y comparativo con años anteriores
- Evolución de los precios

También se han publicado en la web los manuales de cortes de carnes bovina, ovina, de cerdo, de ave y de conejo.



Te invitamos a ingresar a nuestra página y presentar inquietudes que finalmente ayudarán a los uruguayos y nos ayudarán a cumplir nuestro objetivo: Proteger al consumidor.  
[www.inac.gub.uy](http://www.inac.gub.uy)



## CONSEJOS ÚTILES PARA APORTAR EN CASA.

### Congelado y descongelado de la carne

La carne, luego del proceso de faena, es sometida a un proceso de refrigeración, con la finalidad de aumentar su vida útil. INAC te aporta aquí algunos apuntes a tener en cuenta en tu hogar, para ayudar a quien se ocupa del cuidado de los alimentos en tu casa:

- El proceso de refrigeración consta de dos etapas:
- Enfriado. (proceso por el cual se lleva la temperatura hasta los 4 a 7 ° C, pudiéndose conservar la carne en heladera común por algunos días)
- Congelado. (proceso por el

cual se lleva la temperatura hasta aproximadamente -15 a -20 °, pudiéndose conservar la carne en congelador (freezer) por varios meses.)

- Para utilizar un trozo de carne congelado se recomienda dos procedimientos dependiendo del tamaño de la pieza.
- Si es grande y es un corte que va a ser fraccionado, dejarlo en la parte inferior de la heladera desde el día anterior, hasta que esté completamente descongelada.
- Si ya está fraccionado y es de pequeño tamaño, como

churrascos y hamburguesas, descongelarlo aprovechando el propio calor del procedimiento de cocción que se vaya a utilizar (asado, frito, hervido, etc).

- No es una buena práctica volver a congelar carne que se haya descongelado porque se afecta la calidad del producto.
- La carne congelada no debería ser de inferior calidad a la enfriada, si el proceso de congelado en la planta de faena ha sido realizado correctamente y la cadena de frío ha sido convenientemente mantenida.