



Recomendaciones para mantener a raya los peligros microbiológicos en la *mise en place*

19-04-2017

La *mise en place* tiene como objetivo agilizar el servicio pero, en cuanto a seguridad alimentaria, puede ser una bomba de relojería si no se respetan las normas y buenas prácticas para mantener a raya los peligros microbiológicos. A continuación os ofrecemos algunas de las recomendaciones principales para evitar problemas.

La *mise en place* es el término que se emplea en restauración para referirse a todas aquellas preparaciones de ingredientes (cortes de verdura, de carne, picadas, salsas, precocinados, etc.) que se realizan con antelación para que agilicen el servicio y permitan ensamblar y acabar los platos justo antes de servirlos. La *mise en place*, en mayor o menor medida, se utiliza tanto en la restauración privada como en la restauración comercial.

Quizás haya una definición más ortodoxa, pero no es des de el punto de vista gastronómico que quiero analizarlo, si no des de el punto de vista de seguridad alimentaria.

La *mise en place* tiene como objetivo agilizar el servicio, pero en cuanto a seguridad alimentaria, puede ser un arma de doble filo: por un lado, puede ser una buena medida preventiva en sí misma, ya que adelantar estas preparaciones permite hacerlo sin la presión de servicio y, por lo tanto, cumplir con más garantías de manipulación higiénica. Por otro lado, si no se controlan las caducidades, rotación interna, garantías de conservación y manipulación, la *mise en place* puede convertirse en una bomba de relojería.

Buena parte de las medidas preventivas en seguridad alimentaria en restauración se basan en pensar en clave de peligros microbiológicos, y cuando hablamos de peligros microbiológicos, nos referimos tanto a la presencia natural que pueden tener algunos productos (vegetales crudos, carnes y pescado), a la contaminación que se puede aportar durante su manipulación (malas prácticas, malos hábitos higiénicos, limpieza insuficiente...) y a la proliferación de microorganismos por la rotura de la cadena de frío.

Recomendaciones para mantener a raya los peligros microbiológicos

Des de mi punto de vista, siempre es positivo trabajar con *mise en place*, por eso a continuación enumero unas cuantas

recomendaciones a tener en cuenta para mantener a raya estos peligros microbiológicos:

1. **Planificar la producción.** En el momento de organizar las tareas de cocina y saber qué manipulaciones se deben hacer ese día, hay que tener en cuenta los espacios disponibles para evitar las contaminaciones cruzadas. Esto incluye pensar en las limitaciones de las instalaciones a la hora de decidir la oferta gastronómica y el volumen de producto que se puede manipular de forma segura.
2. **Lavar y desinfectar las verduras, especialmente las de consumo crudo.** Las verduras sin procesar tienen mucha contaminación 'natural' ya que provienen del campo y no están envasadas. Es muy importante reducir la carga de microbios que contienen, lavándolas y desinfectándolas con lejía de uso alimentario, de acuerdo con las instrucciones del fabricante.
3. **Evitar las medias cocciones.** A menudo se ven como parte de la *mise en place* carnes y pescados a medio cocinar. Hay que tener en cuenta que la marca de estos productos, puede activar el crecimiento de microbios por temperatura. Aunque se mantengan en refrigeración, la carga microbiana se mantiene intacta y es difícil asegurar que la cocción posterior la reduzca hasta límites aceptables.
4. **Controlar los enfriamientos.** Buena parte de las intoxicaciones alimentarias son debidas a un enfriamiento incorrecto. Los productos que se cocinan con antelación, deben enfriarse hasta temperaturas de refrigeración en 2h, para prevenir el riesgo de crecimiento de microbios (hay distintas referencias bibliográficas, la Generalitat de Catalunya marca de 60°C a 10°C en menos de 2h). Debemos tener en cuenta que cualquier producto tarda un tiempo en enfriarse, en función de su volumen. Por ejemplo, si queremos enfriar una olla de 10L de salsa boloñesa y no utilizamos abatidor de temperatura ni ningún otro procedimiento, puede estar a temperaturas de riesgo de crecimiento. Hay algunos microorganismos que excretan una toxina que, aunque haya un recalentamiento posterior, no se elimina, provocando una intoxicación.
5. **Evitar preparaciones de riesgo con altas caducidades.** Hay preparaciones que se consideran de riesgo y no vale la pena adelantar, ni por el tiempo que se ahorra ni por la alta posibilidad de tener problemas. Por ejemplo: salsas/cremas a base de huevo, carnes o pescados picados crudos, etc.
6. **Controlar las caducidades y rotación.** Es fundamental etiquetar las preparaciones marcando el día de fabricación (si se conservan en nevera) o el día de congelación (si se congelan), para poder controlar las caducidades. Cada establecimiento debe elaborar una norma interna de caducidades, teniendo en cuenta también la calidad organoléptica del producto. A continuación propongo algunos ejemplos con la caducidad máxima recomendada:
 - Productos cocinados enfriados – 3 días.
 - Productos cocinados y, posteriormente, envasados al vacío – 5 días.
 - Productos cocinados al vacío – Máximo 10 días.
 - Productos crudos envasados al vacío – 2 días.
 - Productos cocinados, envasados y congelados – de 1 a 3 meses (congelación).
 - Salsas a base de huevo – entre 1 y 2 días.
 - Carnes y pescados picados – 1 día.
 - Verduras crudas cortadas – entre 1 y 3 días.
 - Carnes crudas y/o marinadas – entre 1 y 3 días.
7. **Etiquetar las elaboraciones congeladas con el contenido de alérgenos.** A menudo, se elaboran salsas o preparaciones que se mantienen congeladas en porciones individuales para poder descongelar y servir al momento. Es importante identificar qué alérgenos tienen, ya que puede ser difícil recordar exactamente lo que lleva al cabo de dos o tres meses.
8. **Controlar la cadena de frío.** Una de las medidas preventivas por excelencia es mantener la cadena de frío, ya sea de neveras y congeladores como de las manipulaciones en cocina (tiempo y temperatura).
9. **Tapar y preservar.** Todo debe estar tapado y preservado del ambiente para evitar contaminaciones cruzadas. Además, los recipientes deben lavarse cada vez que se acabe el producto de su interior, no rellenarlo.
10. **Establecer usos de las neveras.** Siempre que sea posible, distribuir los productos según el riesgo o naturaleza en las distintas neveras disponibles, para separar y evitar contaminaciones cruzadas.
11. **Cumplir con hábitos higiénicos.** Por muchas precauciones que se tomen, si no se cumplen unos requisitos mínimos de higiene de manos, higiene de instalaciones, separación de zonas 'sucias' y 'limpias', uso de papel de celulosa en vez de bayetas, limpiezas intermedias, cambios de mangas pasteleras y boquillas después de cada turno, mantener los utensilios limpios, secos y preservados, evitar bayetas y cubiertos en remojo, etc. siempre hay riesgo de contaminación cruzada.

Bibliografía:

- *Guia de pràctiques correctes de higiene per a restaurants. Generalitat de Catalunya.*
- *GPCH per a la cuina al buit, Generalitat de Catalunya.*
- *Cook-Chill Systems in the Food Service Sector (Revision 1), Food Safety Authority of Ireland.*
- *Food Preparation and Food Establishments, NY health department.*

Notícies Relacionadas

- Organización en la cocina para garantizar platos libres de alérgenos en el comedor escolar
- Cómo se 'cuece' una toxiinfección alimentaria en una cocina profesional y cómo evitarla
- Publicada la versión en castellano de la guía de prácticas correctas de higiene en restauración
- Mapa de peligros alimentarios, una útil herramienta para el sistema de autocontrol
- El 'abc' de las buenas prácticas para evitar peligros en los procesos de frituras
- Peligros físicos, químicos y biológicos; la estrategia 'anti-error' en las cocinas



Isabel Doys es Ingeniera Técnica Agrícola y licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos, con una trayectoria de más de 13 años en cocinas para colectividades. Tras su paso por Arcasa como directora de Calidad, creó **Normafood**, donde ofrece servicios de gestión de la calidad y la seguridad alimentaria para *foodservice*.

@: isabeldoys@normafood.com. (Todos los artículos).