

**Enfriamiento:** en general puede realizarse sometiendo a los productos bajo agua fría. Una vez fríos, asegurarse de que el vacío se realizó efectivamente, mediante la observación de las tapas de los frascos, las cuales deberán presentar una forma cóncava (hundida).



Producto terminado: Pickles de hortalizas.

**Rotulado y almacenamiento:** es muy importante colocar una etiqueta indicando el tipo de producto y la fecha de elaboración. Esto permitirá tener un control al momento del consumo de conservas y asegurarnos que se encuentran dentro de los parámetros de vida útil recomendados. El almacenamiento debe realizarse a temperatura ambiente en un lugar seco, fresco y oscuro.



Etiquetar indicando fecha de elaboración y tipo de producto.

### Alteraciones que pueden presentar las conservas

El desarrollo de mohos o levaduras puede deberse a:

- Falta de higiene
- Contaminación en el proceso de elaboración
- Cierre defectuoso
- Falta de cantidad o concentración de azúcar (en mermeladas)



Formación de Hongos



Fermentación por levadura

### Aplicación de Buenas Prácticas

Para asegurarnos de tener un producto inocuo es necesario trabajar con Buenas Prácticas de Elaboración. Ello incluye hábitos de higiene como lavado de manos antes y durante la elaboración, después de ir al baño, de sonarse la nariz o tocar objetos contaminados. Los elaboradores deberán tener las uñas cortas y limpias, usar el pelo recogido, delantal y ropa limpia para cocinar. No permitir el ingreso de animales en el lugar de elaboración. Es importante mantener el orden y la limpieza, tanto del espacio de elaboración como de los utensilios que se utilizarán.



Acondicionamiento de frutillas para mermeladas

# Elaboración de Conservas Caseras



Agencia de Extensión Rural  
Los Antiguos  
Tehuelches Oeste 556  
(02963) 491252  
Lic. Alim. Yanina Ivars



## Conserva de alimentos

La finalidad de la conservación de los alimentos es transformarlos en productos más duraderos, de tal forma que se evite pérdida de calidad nutricional y organoléptica (color, sabor, etc). Además, en el caso de frutas y hortalizas conservadas, los microorganismos capaces de causar alteraciones son destruidos por el calor y el uso de recipientes herméticamente cerrados.

### Conservas y medición de pH

El pH de una sustancia o alimento es una medida de su acidez y sus valores están comprendidos en una escala que va de 1 a 14.



Para medir el pH (o acidez) de un alimento se puede utilizar un peachímetro, o también a través de papel indicador.

El valor de pH es un punto muy importante en la seguridad alimentaria. Los alimentos con pH menor a 4,5 tienen acidez suficiente para evitar que los microorganismos patógenos crezcan, en especial la bacteria *Clostridium botulinum* (causante del botulismo) cuya toxina puede causar la muerte.

## Dónde conservar

Conviene utilizar frascos de vidrio con tapa metálica. En caso de que sean de reuso, hay que lavarlos muy bien con agua y detergente. Para esterilizarlos, colocarlos 10 minutos en agua hirviendo y dejar escurrir boca abajo. Verificar que las tapas se encuentren en perfecto estado y la traba sea correcta. Para esterilizarlas utilizar una solución de alcohol al 70%.



Utilizar tapas metálicas a rosca



Frascos de vidrio permiten tiempos prolongados de almacenamiento

### Proceso de elaboración

De acuerdo al tipo de conserva (dulce o encurtido):

-Utilizar frutas/vegetales en óptimo estado de madurez, fresca, sana, libre de suciedad, insectos y enfermedades.

-**Lavado-limpieza:** el objetivo principal es eliminar la suciedad y restos vegetales (hojas, cabitos, etc.). Utilizar agua potable.

-**Acondicionamiento:** depende del tipo de materia prima, pueden ser operaciones de pelado, descaroado, trozado, etc.

-**Escaldado:** es una práctica usada para hortalizas, consiste en sumergirlas unos minutos en agua hirviendo e inmediatamente en agua fría. La finalidad es inactivar las enzimas, las que producen cambios de color, sabor y textura, lo cual provoca la pérdida de calidad de la conserva.

-**Concentración:** en el caso de dulces y mermeladas el tiempo de cocción de la fruta con el azúcar dependerá de la cantidad y tipo de fruta. Se determina el punto final de cocción, mediante método instrumental medido con refractómetro (65% concentración de azúcar) o en forma casera, cuando se produce la formación del gel.

-**Envasado:** esta operación deberá efectuarse en caliente, utilizando recipientes limpios y herméticos.

-**Tratamiento térmico:** consiste en someter los frascos a Baño María, cuidando que los frascos queden cubiertos con agua. Resulta imprescindible respetar los tiempos y temperaturas de acuerdo al tipo de conserva y a la capacidad del frasco.



Baño María: el agua de cocción deberá cubrir los frascos.