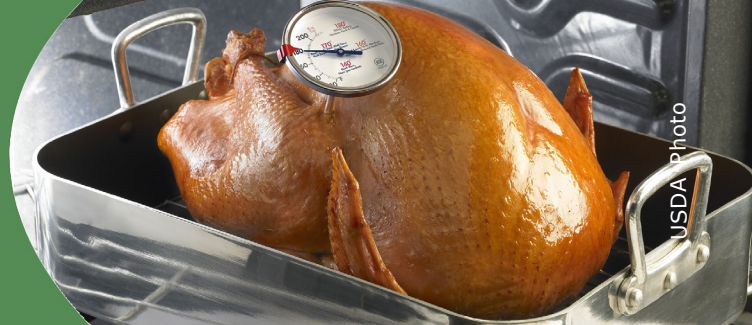




## Información sobre Inocuidad de Alimentos



### Principios Básicos de la Preparación del Pavo: Para una Cocción Adecuada

#### Instrucciones para Asar:

Gradúe la temperatura del horno a 325 °F (190.55 °C) como mínimo.

Coloque el pavo en la fuente de asar sobre una rejilla dentro de un molde para hornear poco hondo.

Si va a rellenar el pavo, mezcle los ingredientes del relleno justo antes de colocarlo dentro del pavo. Cueza el pavo inmediatamente. Use un termómetro para alimentos para verificar que la temperatura interna del centro del relleno haya alcanzado 165 °F (73.88 °C). Un pavo entero resulta inocuo cuando se cuece hasta alcanzar una temperatura interna mínima adecuada de 165 °F (73.88 °C) en toda el ave. Verifique la temperatura interna en la parte más profunda del muslo y del ala y en la parte más gruesa de la pechuga. El relleno también debe alcanzar una temperatura interna mínima de 165 °F (73.88 °C). Si el relleno no ha alcanzado los 165 °F (73.88 °C), continúe asando el pavo hasta que ambos alcancen dicha temperatura.

Si el pavo viene con un indicador de temperatura eyector, se recomienda que también use un termómetro para alimentos para verificar la temperatura interna del ave entera en la parte más profunda del muslo y del ala, y en la parte más gruesa de la pechuga. La temperatura interna mínima debe ser 165 °F (73.88 °C).

Muchos factores pueden afectar el tiempo de cocción de un pavo entero:

- Un pavo total o parcialmente congelado necesita mas tiempo de cocción que un pavo completamente descongelado.
- El pavo se cuece más rápido en una fuente de asar de color oscuro.
- Del tamaño y la profundidad de la fuente depende que el calor circule por toda la superficie del pavo.

- El usar una cubierta de papel de aluminio durante todo el tiempo de cocción hace que ésta demore mas.
- El mantener cubierta la fuente de hornear con una tapa, acelera la cocción.
- El uso de bolsas de hornear acorta el tiempo de cocción.
- Un pavo relleno toma mas tiempo para cocinarse que un pavo sin relleno.
- Los hornos pueden calentar en forma desigual.
- La posición de la rejilla del horno puede afectar el cocimiento uniforme y la circulación del calor.

#### Pasos Opcionales:

- Coloque las puntas de las alas debajo de los hombros.
- Ponga una media taza de agua en el fondo de la fuente.
- Se puede colocar una cubierta de papel de aluminio, de manera floja, sobre el pavo durante la primera hora u hora y media de cocción, y luego debe quitarla para permitir que el pavo se dore. O, la cubierta de papel de aluminio se puede poner después que el pavo se haya dorado.
- Para lograr una mejor calidad, puede dejar reposar el pavo por unos 20 minutos antes de sacar el relleno de la cavidad y empezar a cortar.

## Tiempos de Cocimiento, Aproximados

Las tablas de tiempo están basadas en pavos frescos o que se hayan descongelado completamente en el refrigerador a una temperatura de 40 °F (4.4 °C) o menor. Los pavos congelados o parcialmente descongelados tomaran mas tiempo para cocinarse. El cocimiento de pavos congelados toma, por lo menos, un 50 por ciento más del tiempo recomendado para pavos completamente descongelados. Estos tiempos de cocimiento son simplemente pautas. Utilice un termómetro para alimentos para determinar si el pavo esta bien cocido y no representa peligro para la salud.

## Sin Rellenar

4-6 lbs de pechuga ...1 ½ horas a 2 ¼ horas  
6-8 lbs de pechuga...2 ¼ horas a 3 ¼ horas

8-12 lbs	2 ¾ horas a 3 horas
12-14 lbs	3 horas a 3 ¾ horas
14-18 lbs	3 ¾ horas a 4 ¼ horas
18-20 lbs	4 ¼ horas a 4 ½ horas
20-24 lbs	4 ½ horas a 5 horas

## Relleno

8-12 lbs	3 horas a 3 ½ horas
12-14 lbs	3 ½ horas a 4 horas
14-18 lbs	4 horas a 4 ¼ horas
18-20 lbs	4 ¼ horas a 4 ¾ horas
20-24 lbs	4 ¾ horas a 5 ¼ horas

**Nota:** Los pavos que compre rellenos y congelados, con el sello de inspección del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés) o de su estado en la envoltura, son sanos porque han sido procesados de acuerdo a las medidas sanitarias de control. Estos pavos no se deben descongelar antes de cocinar. Siga las instrucciones de manipulación que vienen en la envoltura.

## ¿Preguntas sobre inocuidad alimentaria?

### Llame a la Línea de Información sobre Carnes y Aves

Si tiene preguntas sobre carnes, aves y productos de huevo, llame gratis a la Línea de Información sobre Carnes y Aves del Departamento de Agricultura de los EE.UU. al **1-888-674-6854**; para personas con problemas auditivos (TTY), **1-800-256-7072**.



La Línea esta abierta durante todo el año, de lunes a viernes, desde las 10 a.m. hasta las 4 p.m., hora del este (Inglés y Español). Puede escuchar mensajes grabados sobre la inocuidad alimentaria, disponibles durante las 24 horas del día. Visite la pagina electrónica, es Español, del FSIS, [www.fsis.usda.gov/En\\_Espanol/index.asp](http://www.fsis.usda.gov/En_Espanol/index.asp).

Envíe sus preguntas por correo electrónico al **MPHotline.fsis@usda.gov**.

### ¡Pregúntale a Karen!

El sistema automático de respuestas del FSIS puede proveerle información, en inglés, sobre inocuidad alimentaria durante las 24 horas del día.



[www.fsis.usda.gov](http://www.fsis.usda.gov)