

CONSERVAS FRESCAS, CONSERVAS SEGURAS

Atrevida Salsa Casera Segura

La salsa es el condimento favorito en Estados Unidos. Muchos consumidores disfrutan de la creación de sus propias salsas que son sus obras maestras y que incorporan sus ingredientes favoritos. Mientras que estas mezclas son seguras para comerlas frescas, el conservarlas para su uso posterior puede ser riesgoso si se enlatan (o envasan) en casa.

Las salsas incluyen ingredientes de alta acidez y de baja acidez. Se les considera un alimento acidificado y apropiado para enlatar usando una envasadora de baño de agua si el pH final es inferior a 4.6. Si la mezcla tiene un pH superior a 4.6, se considera un alimento enlatado de baja acidez y requiere de investigación suficiente para eliminar el riesgo de botulismo. La seguridad de las salsas enlatadas en casa depende de la combinación de ingredientes, los procedimientos utilizados en la preparación, la acidez y la consistencia del producto final. El uso de un tiempo de procesamiento de otra receta es sólo una suposición y puede causar el deterioro y el potencial de provocar enfermedades transmitidas por alimentos

Importante: No se recomienda experimentar con recetas caseras para enlatados que mezclan vegetales de baja acidez juntos, incluso aquellos que incluyen un ácido como el vinagre o jugo de limón. La adición de ingredientes extras para una receta probada o el uso de cantidades no específicas de ingredientes (por ejemplo, agregarlos “al gusto”) no es seguro. Un enlatado incorrecto permite que crezca el *Clostridium botulinum*, aumentando el riesgo de una enfermedad mortal transmitida por alimentos. Lo mejor es congelar las mezclas de baja acidez para el almacenamiento a largo plazo o el comerlas frescas.

Cebolla y Chiles (Pimientos) — No aumente la cantidad total (libras o tazas) de chiles o cebollas en ninguna receta. Cualquier tipo de chile se puede utilizar, pero use la cantidad especificada en la receta.

Cambie lo “picante” de la salsa usando una variedad de chiles. El picor de los chiles se mide en unidades de picor Scoville.

Chiles Populares para Salsas	Unidades de picor Scoville
Pimentón (chile pimiento)	0
Cerezo	100-500
Poblano	1,000-1,500
Jalapeño	2,500-5,000
Serrano	10,000-20,000
Cayenne	30,000-50,000
Habanero	150,000-300,000

Los chiles se pueden asar para simplificar la eliminación de las cáscaras duras.

Cualquier variedad de cebolla se puede utilizar en las salsas. El ajo puede ser sustituido por un poco de cebolla si se desea.

Espesantes — Para una salsa más espesa, use variedades de tomate ciruela o para pasta, o añada pasta de tomate comercial para espesar la mezcla justo antes de enlatarla. No espese las salsas con harina, maicena u otros espesantes. Si se desea una salsa más espesa, vierta un poco del líquido o añada espesantes después de abrir los envases.

Ingredientes Ácidos — El jugo de limón embotellado, jugo de lima embotellado, o vinagre con al menos 5% de acidez ayudan a conservar la salsa segura. La acidez natural de la mezcla de la salsa por sí sola no es suficiente para que sea segura. **No** utilice vinagre casero o jugo de limón o lima fresca recién exprimida en el enlatado porque el contenido de ácido puede variar, haciendo insegura la salsa acabada.

No reduzca la cantidad de vinagre, jugo de limón, o jugo de lima. En su lugar, añada azúcar para compensar por los sabores agrios. Los jugos de limón o lima embotellados se pueden sustituir por vinagre en cantidades iguales. **No** sustituya el vinagre por jugo de limón o de lima. Esto reducirá la acidez de la mezcla y la hará insegura al enlatarla.

Tomates — Para cualquier producto enlatado, use tomates de alta calidad, libres de enfermedades y preferiblemente tomates madurados en la planta y firmes. No utilice tomates de arbustos muertos o quemados por la helada. Cualquier color o variedad de tomates y tomatillos se pueden utilizar de forma segura en lugar de tomates rojos. Las variedades de tomate ciruelo o para pasta producen una salsa espesa.

Espicias y Hierbas — Las especias y hierbas añaden sabor. La cantidad de hierbas secas puede alterarse o estas pueden omitirse. Sin embargo, no aumente la cantidad de hierbas frescas o ajo. Las hierbas frescas pierden sabor durante el tratamiento térmico. Para un mejor sabor a hierba fresca, añádalas justo antes de servir.

Preguntas Frecuentes sobre Enlatados

¿Se puede congelar la salsa?

Sí. Congelar la salsa es seguro en lo que a seguridad alimentaria se refiere, pero puede haber reducción de la calidad. La salsa congelada puede ser acuosa y los sabores pueden cambiar de intensidad.

¿Tengo que procesar la salsa en una envasadora con baño de agua caliente? ¿Puedo calentarla, colocarla en un frasco y dejarla que se selle por sí misma?

El método de hervidor abierto para hacer enlatados en el que los alimentos se calientan, se colocan en frascos, se les ponen la tapa y bandas o aros, pero no se procesan más, no es seguro. La temperatura obtenida en el proceso de enlatado en hervidor abierto no es lo suficientemente alta para destruir bacterias, tales como *Clostridium botulinum*, que pueden estar en la comida. Enlatar en un hervidor abierto no es seguro para **ningún tipo** de producto enlatado en casa. Otros métodos de enlatado en un hervidor abierto que no se

recomiendan incluyen el uso del horno, enlatado al sol, enlatado en lavaplatos o invirtiendo los frascos.

Tengo una gran receta de salsa que me gustaría producir y vender. ¿Cómo puedo hacer esto?

El Laboratorio de Alimentos de Valor Agregado de la Universidad Estatal de Kansas trabaja con pequeños procesadores de alimentos a través de Kansas para ayudar a los empresarios a producir productos seguros para vender al público. También se aseguran que las etiquetas y la información nutricional cumplen con los reglamentos de la Administración de Alimentos y Drogas. Contacto: Dr. Fadi Aramouni, kvafj@ksu.edu, 785-532-1668

¿Puedo procesar salsa en frascos de un cuarto de galón?

No hay recomendaciones de seguridad para poder envasar salsa en cuartos de galón. Utilice sólo frascos de una pinta.

Consejos para preparar Salsas

1. El picor de los chiles se concentra en las venas y semillas. Para reducir el picor, quite las semillas y las venas de acuerdo a su gusto. Ajustar el picor después de preparar la salsa es casi imposible.
2. Los sabores de la salsa tienden a suavizarse durante el almacenamiento. El sabor óptimo se consigue normalmente después de 3 a 4 semanas.
3. Las frutas de colores claros, como peras y melocotones, tienden a decolorarse. Mida el ácido (vinagre, jugo de limón o jugo de lima) en la receta y corte la fruta directamente en el ácido para detener las reacciones de decoloración.
4. No añada ingredientes adicionales a las recetas de salsas probadas. Esto afectará la acidez del producto final y hará que sea peligroso enlatarlas.
5. Ase los chiles en una bandeja para hornear en un horno a 400 °F o debajo del asador. Gire dos o tres veces hasta que se ennegrezca la cáscara, por unos 20 minutos. Coloque los chiles asados en un recipiente resistente al calor. Cubra con un plato o tapa y deje enfriar. Use un cuchillo afilado para levantar las cáscaras de los chiles. Deseche las cáscaras y corte los chiles.
Precaución: Use guantes de plástico al manipular chiles picantes para proteger sus manos.
6. Algunas recetas probadas proporcionan un número aproximado de cada vegetal a utilizar, tales como el número de chiles o el número de tomates. No confíe en estos números para medir las hortalizas. Utilice siempre las recetas con medidas (tazas o libras) de estos ingredientes para obtener resultados seguros.

Almacenando la Salsa Enlatada en Casa

Después de enlatar la salsa, revise la tapa para confirmar que tiene un cierre hermético adecuado después de que los frascos se han enfriado durante 12 a 24 horas. Si algunos frascos no sellan, refrigere y úselos dentro de una semana. Para frascos sellados, quite los aros y limpie los frascos y tapas para eliminar cualquier residuo.

Guarde todos los alimentos enlatados en casa en un lugar fresco,

oscuro y seco. Esto protege los alimentos del cambio de colores, deterioro de la calidad, o pudrición. Lo mejor es utilizarlos dentro de un año desde la fecha de enlatado. Una vez abiertos, guárdelos en el refrigerador. Siempre etiquete y coloque la fecha en los frascos para indicar cuándo se enlató el producto.

Antes de abrir un frasco, busque cualquier señal de problemas. Esto incluye frascos no sellados, tapas oxidadas o abultadas, derrames, o cualquier cosa que parezca inusual. Busque manchas secas o residuos que se originan en la parte superior del frasco. Burbujas en movimiento o colores poco naturales son signos de deterioro. Al abrir el frasco, busque chorreaduras de líquido excesivas y moho en el alimento o la tapa. Los malos olores indican deterioro. No utilice ni deguste comida si alguno de estos síntomas está presente. **¡En caso de duda, tírelo a la basura!**

Recursos sobre Salsa Enlatada en Casa

Centro Nacional para la Conservación de Alimentos – Servicio de Extensión Cooperativa de la Universidad de Georgia, <http://nchfp.uga.edu/>

Guía Completa de Conservas Caseras de USDA http://nchfp.uga.edu/publications/publications_usda.html

Marca Casera Jarden – Fabricantes de productos para enlatar Ball® y Kerr®, <http://www.freshpreserving.com/>

El Libro y Guía Azul sobre Conservación de Ball®
El Libro Completo de Conservación en Casa de Ball®
©2006 Corporación Jarden

Centro de Respuesta Rápida de K-State
<http://www.rrc.ksu.edu/p.aspx?tabid=18>

Varias publicaciones estatales de Servicios de Extensión Cooperativa

Fuentes de Referencia:

USDA Complete Guide to Home Canning (Guía Completa de Conservas Caseras de USDA), 2009

So Easy to Preserve, (Tan Fácil de Conservar), 5ta ed., Servicio de Extensión Cooperativa de la Universidad de Georgia

Perk Up Summer Meals with Salsa, (Reavive las Comidas de Verano con Salsa), Universidad Estatal de Colorado

From the Garden to the Table: Salsa, (De la Huerta a la Mesa: Salsa), FN-584, Universidad Estatal de Dakota del Norte
<http://www.ag.ndsu.edu/pubs/yf/foods/fn584.pdf>

Preserving Food: Sensational Salsas, (Conservando Alimentos: Salsas Sensacionales), FDNS-E-43-16, Servicio de Extensión Cooperativa de la Universidad de Georgia

Canning Salsa Safely, (Enlatando Salsa en Forma Segura), B3570, Universidad de Wisconsin-Extensión y Extensión Cooperativa
<http://learningstore.uwex.edu/Assets/pdfs/B3570.pdf>

Preparado por:

Karen Blakeslee, M.S., Asociada de Extensión y Coordinadora del Centro de Respuesta Rápida, kblakesl@ksu.edu

Revisado por:

Linda Beech, Agente de Ciencias de la Familia y el Consumidor, Concedido de Ellis, lbeech@ksu.edu

Las marcas que aparecen en esta publicación son para fines de identificación de productos. No hay intención de endosarlas ni hay crítica implicada de los productos similares que no se mencionan. Las publicaciones de la Universidad Estatal de Kansas están disponibles en: www.ksre.ksu.edu

Las publicaciones se revisan o actualizan anualmente por miembros del profesorado adecuado para reflejar la investigación y las prácticas actuales. La fecha que se muestra es la de publicación o última revisión. El contenido de esta publicación puede ser reproducido libremente para propósitos educativos. Todos los demás derechos reservados. En cada caso, de crédito a Karen Blakeslee, *Atrévete Salsa Casera Segura*, Universidad Estatal de Kansas, traducción agosto 2015.

Universidad Estatal de Kansas Estación Experimental Agrícola y el Servicio de Extensión Cooperativa

MF31715

agosto 2015

La Investigación y Extensión de K-State es un proveedor de oportunidades equitativas. Emitido en promoción del Trabajo Cooperativo de Extensión, Actas del 8 de mayo y 30 de junio de 1914, según enmienda. Cooperan la Universidad Estatal de Kansas, los Concilios de Extensión de los Condados, los Distritos de Extensión y el Departamento de Agricultura, John D. Floros, Director.