

## Tabla de temperatura interior mínima segura para la cocinar

| Alimentos                                       | Tipo   | Temperatura interior (°F)  |
|---|--|--|
| Carne de res, bisonte, ternera, cabra y cordero | Filetes, asado, chuletas   | 145<br><b>Tiempo de reposo: 3 minutos</b>  |
|   | Carne molida y salchichas  | 160  |
| Guisados  | Con carne y sin carne  | 165  |
| Pollo, pavo y otras aves de corral              | Todo: ave entera, pechugas, patas, muslos, alas, carne de ave molida, menudos, salchichas y <a href="#">relleno</a> dentro del ave de corral | 165  |
| Huevos  | Huevos crudos  | Cocinar hasta que la yema y la clara estén firmes  |
|   | Platos a base de huevo (como frittata, quiche)   | 160  |
| Jamón   | Jamón crudo  | 145<br><b>Tiempo de reposo: 3 minutos</b>  |
|   | Jamón precocido (para recalentar)  | 165<br><b>Nota:</b> recaliente los jamones cocidos empacados en plantas inspeccionadas por el USDA a 140°F |
| Sobras  | Cualquier tipo   | 165  |
| Carne de cerdo                                  | Filetes, asado, chuletas   | 145<br><b>Tiempo de reposo: 3 minutos</b>  |
|   | Carne molida y salchichas  | 160  |
| Conejo y venado                                 | Salvaje o criado en granja   | 160  |
| Mariscos  | Pescado (entero o en filete), como salmón, atún, tilapia, abadejo, lubina, bacalao, bagre, trucha, etc.                                      | 145 o cocine hasta que la carne ya no sea translúcida y se separe fácilmente con un tenedor                |
|   | Camarones, langosta, cangrejo y vieiras  | Cocinar hasta que la carne se vea perlada o blanca y opaca.  |

| <b>Alimentos</b> | <b>Tipo</b>                 | <b>Temperatura interior (°F)</b>                          |
|------------------|-----------------------------|---|
|                  | Almejas, ostras, mejillones | Cocinar hasta que las conchas se abran durante la cocción |

Fecha de la última modificación 23 de junio de 2022