

## Seleccione alternativas más seguras para los alimentos de alto riesgo

Tipo de alimento	Alto riesgo	Riesgo menor
<b>Carnes rojas y aves de corral</b>	Carne de res o de aves de corral cruda o poco cocida.	Carnes rojas o aves de corral cocidas a una <a href="#">temperatura interna mínima adecuada</a>
<b>Mariscos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cualquier pescado, o marisco, crudo o poco cocido, o alimentos que contengan mariscos crudos o poco cocidos (por ejemplo, sashimi, sushi o ceviche)</li> <li>• Pescado ahumando frío o productos que contienen pescado ahumado frío</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mariscos previamente cocidos y calentados a 165 °F (74 °C)</li> <li>• Pescados y mariscos enlatados</li> <li>• Mariscos cocidos a 145 °F (63 °C)</li> <li>• Pescado, pescado ahumado y cazuela de mariscos calentados a 165 °F (74 °C)</li> </ul>
<b>Leche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leche no pasteurizada (cruda)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leche pasteurizada</li> </ul>
<b>Huevos</b>	Alimentos que contengan huevos crudos/poco cocidos como: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Condimentos caseros para ensalada Caesar</li> <li>• Masa cruda para galletas caseras</li> <li>• Ponche de huevo casero</li> <li>• Mayonesa casera</li> </ul>	Use huevos/derivados del huevo pasteurizados al preparar recetas que pidan huevos crudos o poco cocidos
<b>Brotes</b>	Brotes crudos (alfalfa, frijol o cualquier otro brote).	Brotes cocidos
<b>Verduras</b>	Verduras sin lavar, como lechuga/ensaladas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verduras frescas lavadas, incluidas las ensaladas</li> <li>• Verduras cocidas</li> </ul>
<b>Quesos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cualquier tipo de queso elaborado con leche cruda no pasteurizada</li> <li>• Cualquier queso tipo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quesos duros, cuando se elaboran con leche pasteurizada, como Asiago, Cheddar,</li> </ul>

Tipo de alimento	Alto riesgo	Riesgo menor
	<p>queso fresco sin calentar, cuando se elaboran con leche pasteurizada o no pasteurizada (cruda) o quesos frescos y blandos similares como el queso blanco y el requesón.</p>	<p>Parmesano o Suizo/Gruyere/Emmental.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Requesón, queso crema, queso en hebras, queso feta y mozzarella, cuando se elaboran con leche pasteurizada.</li> <li>• Quesos tipo queso fresco calentados o quesos de leche no pasteurizada (cruda) calentados, cuando se calientan a 165°F o humeantes.</li> </ul>
<p><b>Perros calientes y carnes frías</b></p>	<p>Perros calientes, fiambres y carnes frías que no han sido recalentados</p>	<p>Recaliente los perros calientes, los fiambres y las carnes frías hasta que despidan vapor o a 165 °F (74 °C)</p>
<p><b>Patés</b></p>	<p>Patés o pastas untables a base de carne no pasteurizados y/o refrigerados</p>	<p>Patés enlatados o no perecederos o pastas untables a base de carne</p>

Fecha de la última modificación 14 de agosto de 2025