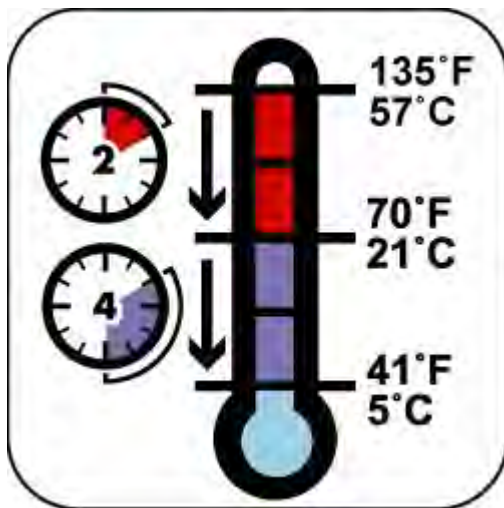


## RAPIDLY COOLING FOOD

### Rapidly Cooling Food

When cooling food, it is important to cool as quickly as possible to prevent bacteria growth and toxin production. There are different methods for cooling the following types of food: **Solid Food, Soft/Thick Food, and Liquid Food.**

Type	Example	
<b>Solid Food</b>	Roast, Turkey, etc.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cut large solid food portions into smaller portions so that it can cool faster.</li> <li>• Put smaller portions in the walk-in to cool to reach a temperature of 41°F or below.</li> </ul>
<b>Soft / Thick Food</b>	Refried Beans, Rice, Potatoes, Stews, Chili, etc.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pour food into shallow metal flat pan and spread around pan so food is as shallow as possible.</li> <li>• Stir food to speed up cooling times.</li> <li>• Once food cools to 41°F, place in large container, cover, and store in appropriate cold holding unit.</li> </ul>
<b>Liquid Food</b>	Thin Soups and Sauces	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Use shallow pans (as mentioned above) or use ice bath method.</li> <li>• For an ice bath, close drain in a large indirectly plumbed sink and place metal pot or pan of hot food in the sink.</li> <li>• Fill the sink with ice and cold water <b>up to the level of food in the pot or pan.</b> Replenish ice as it melts.</li> <li>• Stir the soup/sauce often so it cools evenly; the use of ice paddles or cooling wands speeds up the process.</li> <li>• Once food cools to 41°F, place in large container, cover, and store in appropriate cold holding unit.</li> </ul>



Copyright © International Association for Food Protection

### Six-Hour Cooling Rule

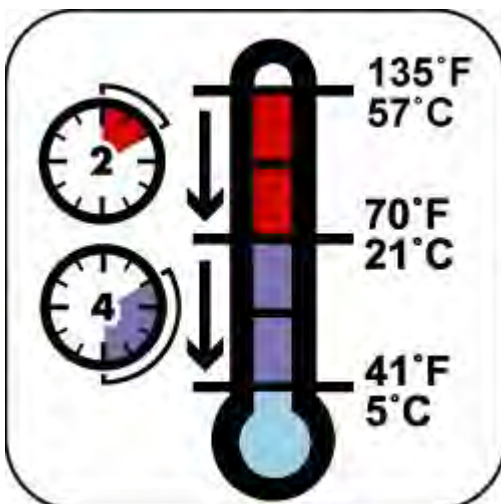
- Whether cooling solid, thick or liquid food it's important to follow the six-hour cooling rule. In the first 2 hours of cooling, the temperature of the food must drop to a minimum of 70°F, and then to 41°F or below in the next 4 hours, for a total of 6 hours.
- The only way to assure the cooling rule temperatures are met at the appropriate times is by using a thermometer. It is also recommended to use a cooling log to keep track of information related to food cooling time and temperature.

## ENFRIANDO COMIDA RÁPIDAMENTE

### El Enfriamiento Rápido de los Alimentos

Cuando uno enfría comida, es importante que lo haga lo más pronto posible para prevenir el crecimiento de bacteria y la producción de toxina. Existen diferentes métodos para enfriar los siguientes tipos de alimentos: sólidos, suaves pero gruesos, y líquidos.

Tipo	Ejemplo	
<b>Alimentos Sólidos</b>	asados, pavos, etc.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cortar porciones grandes de alimentos sólidos en pedazos más pequeños de modo que se pueda enfriar más rápidamente.</li> <li>Ponga porciones más pequeñas en la cabina de enfriar hasta alcanzar una temperatura de 41° F o menos.</li> </ul>
<b>Comida Suave Pero Gruesa</b>	Frijoles refritos, arroz, patatas, guisos, chile, etc.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Transfiera la comida a una cazuela de metal plana que sea poco profunda y difusa el contenido en la cacerola para que la comida sea lo mas plana posible.</li> <li>Revuelva la comida para acelerar el tiempo de enfriamiento.</li> <li>Una vez que la comida se enfríe a 41°F, coloque en un recipiente grande, tapar y guardar en la nevera en frío adecuado.</li> </ul>
<b>Comida Líquida</b>	Sopas diluidas y salsas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilice recipientes de poca profundidad (como se menciona anteriormente) o utilizar el método de baño de hielo.</li> <li>Para un baño de hielo, cerrar el drenaje en un fregadero grande que tenga plomería indirecta y poner la olla o sartén de comida caliente en el fregadero con en hielo alrededor.</li> <li>Llene el fregadero con hielo y agua fría <b>hasta el nivel de la comida en la olla o sartén</b>. Reponga el hielo que se derrita.</li> <li>Mezcle la sopa/salsa a menudo para que se enfríe de manera uniforme, el uso de varitas de refrigeración acelera el proceso.</li> <li>Una vez que la comida se enfríe a 41°F, colocar en recipiente grande, tapar y guardar en la unidad de mantenimiento frío adecuado.</li> </ul>



### Regla de Enfriamiento de Seis Horas

- Para la seguridad de la comida, es importante seguir la regla de enfriamiento de seis horas. Porque los gérmenes se propagan más dentro de la zona de peligro, la temperatura debe caer a 70°F en las primeras 2 horas de enfriamiento y luego a 41°F o menos en las 4 horas próximas, por un total de 6 horas.
- La única manera de asegurar que las reglas de enfriamiento se cumplan es usando un termómetro. También se recomienda el uso de un registro de refrigeración para mantener la noción del tiempo de enfriamiento de alimentos y la información de temperatura.