

## **Toxoplasmosis y otros bichitos.**

Escrito por Aurora - 07/04/2011 11:09

---

Hola Salva, otra cosilla contra la que luchamos muchas embarazadas es contra las ganas de comer embutido rico, especialmente cuando haces los bocatas de los peques, se hace difícilísimo no meter la mano.

Procuro cocinar la carne mucho e incluso calentar el salchichón en un bocata antes de comerlo, pero mi duda es si congelando el embutido o la carne en casa a -20 grados el bichito se muere o no, porque he oído de todo.

Por otro lado, el salmón ahumado que venden empaquetado en el supermercado, ¿es recomendable? se entiende que ha pasado controles de calidad y no debe tener problema de bichitos, no? ya que el salmón es uno de los mejores alimentos que tenemos, hay que aprovecharlo.

Muchas gracias de nuevo, un saludo.

=====

## **Re:Toxoplasmosis y otros bichitos.**

Escrito por salvadorgrau - 09/04/2011 10:04

---

Hola Aurora:

el toxoplasma se elimina si lo cocinas a más de 70 grados y/o a 20 grados bajo cero durante 24 horas.

Come la carne muy hecha. Debe cocinarse hasta alcanzar una temperatura de 70º en todas las zonas y debe adquirir color marrón o rosa oscuro.

Limpia las tablas de cortar, las superficies de trabajo y los utensilios, con agua caliente y jabón después de haber estado en contacto con carnes crudas, frutas o verduras sin lavar.

En cuanto al salmón ahumado, la técnica del ahumado no garantiza la completa eliminación de germen, en caso de que los tuviera.

No obstante, como bien dices, hay que confiar en las empresas que comercializan estos productos y en sus controles de calidad.

Mira las infografías sobre la TOXOPLASMOSIS y el ANISAKIS en la sección "Tutoriales para aprender"

Un saludo

=====