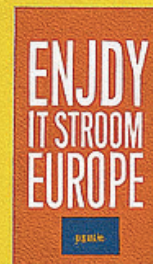




Guía básica para disfrutar  
**DEL HUEVO CON  
SEGURIDAD**  
este verano



Cofinanciado por  
la Unión Europea



**¿Tienes 1 minuto?**

**¡LLÉVATE LA  
SEGURIDAD ALIMENTARIA  
DE VACACIONES!**



Gracias al **MODELO DE PRODUCCIÓN EUROPEO**, los huevos que compras en tu tienda preferida siguen un estricto control **“de la granja a la mesa”** que garantiza que son un alimento fresco, sano y seguro.



Las granjas respetan **altos estándares de higiene y sanidad**, con planes de control (APPCC), vacunas contra salmonela, bioseguridad, supervisión veterinaria y controles oficiales.

Para que la seguridad alimentaria no sea un problema para ti este verano, compartimos contigo unos consejos para disfrutar del huevo con total seguridad.



# COMPRA

Compra huevos con la **cáscara intacta y limpia**, de granjas autorizadas (comprueba el código impreso en la cáscara).



# CONSUMO

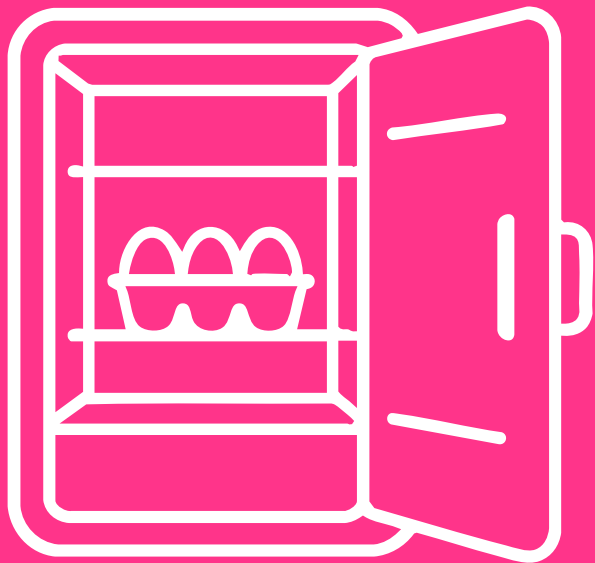


Respetar la fecha de consumo preferente impresa en el envase (no es obligatoria en la cáscara del huevo).

No pongas en contacto alimentos crudos, o poco cocinados, con alimentos listos para comer, ya que pueden pasar microorganismos de un alimento a otro (contaminación cruzada).



# CONSERVACIÓN



Guárdalos en el **frigorífico**, en su envase original y en un estante interior (no en la puerta) para evitar cambios de temperatura.

No los laves antes de refrigerarlos, ya que esto daña la cutícula protectora; puedes lavarlos justo antes de usarlos.



# MANIPULACIÓN E HIGIENE

Lávate las **manos antes y después** de manipular huevos y evita romperlos sobre el borde del recipiente, para no contaminar el alimento que preparas.



Utiliza siempre utensilios y recipientes limpios al preparar huevos y otros alimentos.

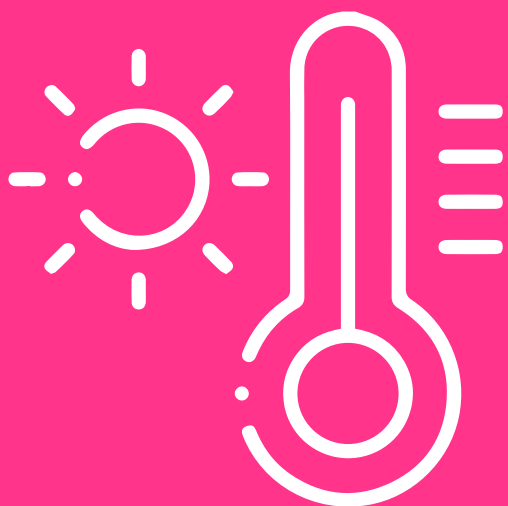
# COCINADO SEGURO



Asegúrate de alcanzar una **temperatura interna mínima de 70-75°C** en platos como tortillas o revueltos.

# CONSERVACIÓN DE PLATOS CON HUEVO

Si no se consumen **inmediatamente**, refrigera los platos (especialmente mayonesas, natillas, tortillas) y consúmelos dentro de **24 horas**.



En verano, presta especial atención: No dejes alimentos elaborados a temperatura ambiente y refrigera de inmediato los que no vayas a consumir al momento.

# MAYONESA CASERA

Usa sólo **huevos muy frescos** (preferiblemente antes de las 2 últimas semanas de su consumo preferente), limpia la cáscara y añade **vinagre o limón** para estabilizar el pH y prevenir la proliferación microbiana.



# SEPARAR CLARAS Y YEMAS

**Para separar:** utensilios limpios (espumadera, colador, separador); evita usar la cáscara para no contaminar.



# CUÍDATE Y CUIDA A LOS TUYOS

Según el último informe de la EFSA (Agencia Europea de Seguridad Alimentaria) el 70% de los brotes de toxiinfecciones alimentarias en humanos en la Unión Europea están relacionados con errores durante la preparación y manipulación de alimentos.



# ÚNETE AL MAYOR CHALLENGE PARA ALIMENTAR CUERPO Y MENTE



Cofinanciado por  
la Unión Europea



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o de la Agencia Ejecutiva Europea de Investigación (REA). Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser considerados responsables de ellos.

- Si desea orientación sobre dietas equilibradas y sanas, consulte:  
[https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/RECOMENDACIONES\\_DIETETICAS.pdf](https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/RECOMENDACIONES_DIETETICAS.pdf)
- De conformidad con el anexo del Reglamento nº 1924/2006.