

Como esterilizar frascos para conservar alimentos en casa.

Vas a necesitar:

- Frascos de vidrio, nuevos o reciclados en perfecto estado.
- Las tapas tienen que ser de metal con sello de goma, nuevos o reciclados en perfecto estado (no pueden ser plásticas).
- Los utensilios, tenazas, cucharas, cuchillos, tenedores, embudos (si lo tienes), tienen que ser de acero inoxidable.
- Toallas de cocina de algodón 100% o bayetas de microfibra (humedecerla con agua y llevarla al microondas por 3 minutos).
- Discos de algodón o gasa y alcohol (etílico o isopropílico).

Pasos a seguir:

- Lava muy bien los frascos y las tapas con agua y jabón.
- En el fondo de una olla coloca una toalla o bayeta, coloca los frascos adentro, sin que choquen unos con otros.
- Agrega agua hasta cubrir totalmente los frascos.
- Coloca la olla al fuego hasta que el agua hierva, cuando comience a hervir cuenta 30 minutos.
- En otra olla aparte coloca todos los utensilios que consideres que vas a necesitar, coloca la olla al fuego y cuando rompa a hervir cuenta 15 minutos.
- En otra olla aparte debes tener el producto que vas a envasar ya cocinado y debe permanecer bien caliente para el momento del envasado.
- Cuando los frascos ya están esterilizados, retíralos del agua hirviendo con unas tenazas, también esterilizadas, colócalos sobre las toallas de algodón boca abajo.
- Con las tenazas toma la tapa y pásala unos segundos por el agua hirviendo.
- Inmediatamente dale la vuelta y rellena el frasco con el producto a envasar, sin sobre pasar el cuello del frasco.
- Si la rosca se ensució con el producto de relleno, limpia la rosca con un disco de algodón o gasa humedecido con alcohol.
- Con un cuchillo o cuchara ya esterilizado, aprieta un poco el contenido dentro del frasco para extraer cualquier posible burbuja de aire en su interior, también puedes darle unos golpecitos contra la toalla, esto provoca que las burbujas salgan del líquido.
- Inmediatamente coloca la tapa, enrosca sin apretar.
- Lleva inmediatamente el frasco nuevamente a la olla donde esterilizaste el frasco, con el agua aún caliente, el agua en esta oportunidad no debe cubrir el frasco, solo las $\frac{3}{4}$ partes (Ver abajo los tiempos de esterilización).
- Retira el frasco del agua, dale unos pequeños golpes sobre la toalla y cierra muy bien la tapa.
- Espera a que enfríe totalmente, preferiblemente hasta el día siguiente.
- Etiqueta el frasco con el nombre producto que tiene en su interior y coloca la fecha en que hiciste el envasado.
- Todo producto envasado de esta manera debe someterse a una prueba de 15 días a temperatura ambiente en un lugar fresco y seco alejado de la luz del sol. Si pasados los 15 días, el producto no presenta ninguna alteración (cambios en el color o el aspecto del líquido) la conserva está apta para guardarse por tiempo prolongado.

Importante a recordar:

- Prestar mucha atención siempre porque trabajamos con utensilios, cristal y metal que deben estar siempre muy calientes.
- No tocar nunca con las manos los frascos esterilizados ni las tapas en su interior, así como los alimentos a envasar, siempre usar un utensilio de acero inoxidable.
- Si notamos que el producto que envasamos presenta un cambio de color o aspecto, lo mejor es desecharlo inmediatamente para evitar cualquier problema de salud o intoxicación alimentaria.

Tiempo de esterilización de frascos llenos:

250 ml.	20 minutos
500 ml.	30 minutos.
750 ml.	45 minutos.