TRATAMIENTO TÉRMICO-BACTERIAS PERJUDICIALES DERROTADAS

eufic

¿Cómo se hace la leche?

PASOS DE PROCESAMIENTO – LECHE

CALENTAR

LECHE CRUDA

La leche cruda puede transportar bacterias perjudiciales, que pueden causar enfermedades graves transmitidas por los alimentos. Siempre hierva la leche cruda antes del consumo.

ENFRIAR

72-75°C

15-20 segundos

LECHE PASTEURIZADA

135-150°C

2-4 segundos

LECHE DE LARGA DURACIÓN/UHT

GRASA EXTRAÍDA Y REINTRODUCIDA

- LECHE ENTERA (3.5-4% DE GRASA)
- LECHE SEMIDESNATADA (1.5-1.8% DE GRASA)
- LECHE DESNATADA (<0.5% DE GRASA)

ENVASAR

<10°C

Varios días en la nevera

Varios meses si no está abierta

KEY FACTS

CALIDAD

El calentamiento no afecta significativamente la calidad nutricional de la leche

FORTIFICACIÓN

La leche se puede fortificar con vitamina D

INTOLERANCIA A LA LACTOSA

Si no puede digerir el azúcar de la leche (lactosa), pruebe yogures u otras alternativas sin lactosa

TRATAMIENTO TÉRMICO-BACTERIAS PERJUDICIALES DERROTADAS

eufic

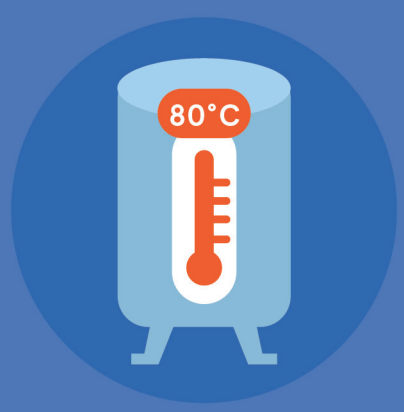
¿Cómo se hace el yogur?

PASOS DE PROCESAMIENTO – YOGUR

1

AJUSTAR EL CONTENIDO DE GRASA

2

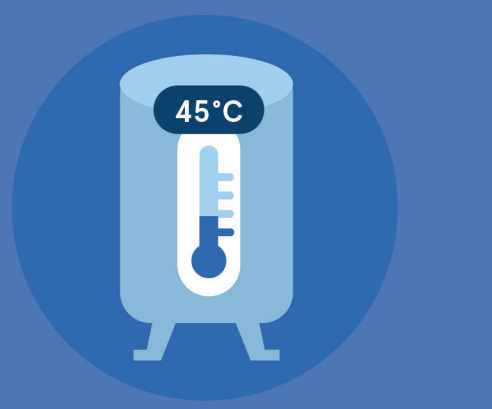


PASTEURIZAR

3

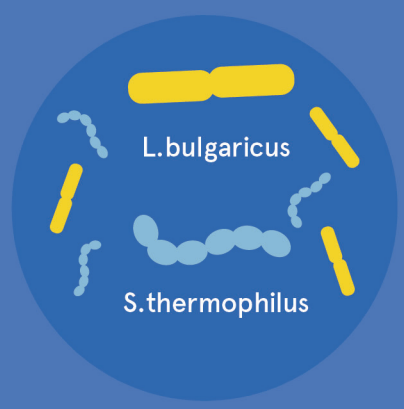
HOMOGENEIZAR

4



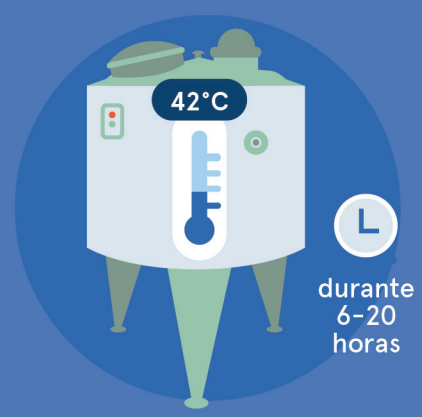
ENFRIAR

5



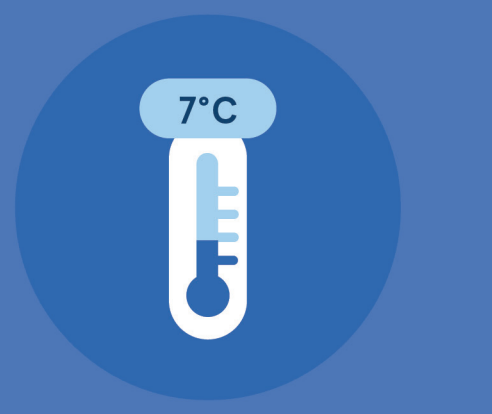
FERMENTAR

6



INCUBAR

7



ENFRIAR

8

AÑADIR OPCIONALMENTE FRUTA Y SABOR

9

ENVASAR