



Limpieza de la Casa

La Cocina

¿Por qué Tener Una Cocina Limpia?

La cocina puede ser la habitación más importante de su casa - especialmente si a usted y a su familia les gusta comer. Una cocina limpia y segura le puede ayudar a prevenir accidentes y a evitar envenenamientos causados por alimentos dañados o equipo sucio. La regla "limpie según trabaja" ayuda a hacer la limpieza después de comer más fácil y así la cocina siempre estará limpia.

¿Por qué Tener Platos Limpios?

- Los platos limpios le ayudan a tener comidas más atractivas.
- Los platos limpios ayudan a mantener a su familia saludable removiendo gérmenes que causan envenenamiento.
- Los alimentos se ven mejor en platos limpios.



Equipo necesario

- Agua caliente
- Una escudilla o fregadero
- Detergente para lavar platos
- Limpiador en polvo
- Esponjilla jabonosa
- Un paño limpio o esponja
- Escurreidor

Prepare los Platos

- Cubra la comida que sobró. Póngala en la nevera inmediatamente.
- Remueva sobras de los platos. Bote las sobras en el zafacón o en el triturador de desperdicios de manera que no estén en

la lavadora de platos, fregadero o en el envase de fregar.

- Remoje moldes y cacerolas grasosas en agua caliente. Haga esto tan pronto estén vacíos.
- Llene la escudilla de fregar o el fregadero con agua con lavaza caliente.

Haga el Trabajo

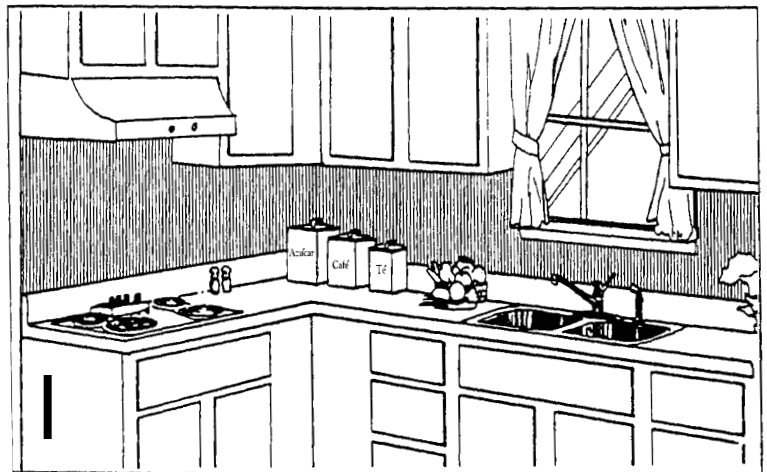
- Primero, lave los vasos y tazas por dentro y por fuera. Enjuáguelos con agua bien caliente. Póngalos a escurrir boca abajo.
- Después, lave los cuchillos, tenedores y cucharas. Enjuáguelos con agua bien caliente. Escúrralos.
- Lave y seque los cuchillos afilados de uno en uno. Sostenga el cuchillo por el mango para lavarlo y secarlo.
- Lave los platos. Enjuáguelos usando agua bien caliente. El agua caliente ayuda a matar los gérmenes.
- Es mejor dejar que el aire sea el que seque los platos pues así evita gérmenes. Si usted los quiere secar con toalla, asegúrese que las toallas de secar platos estén limpias.
- Guarde los platos.
- Ahora lave las cacerolas/ollas y moldes. Use agua con lavaza caliente. Si los alimentos se han pegado, use polvo limpiador o paño jabonoso o si desea déjelos reposar con agua.
- Enjuague y deje que el aire los seque.
- Guárdelos.

Si usted tiene una lavadora de platos para su uso:

- Elimine sobras de los platos.
- Siga las instrucciones del fabricante para poner los platos en ella. Use detergente de lavar platos, especial para lavadoras de platos éste produce poca o ninguna espuma.

Limpie

- Recoja y limpie los mostradores, estufa, enseres y mesa.
- Vacíe el fregadero o paila de lavar platos. No bote el agua de lavar en el patio. Esta atrae moscas y otros insectos.
- Limpie el fregadero con limpiador en polvo u otro producto de limpieza.
- Lave y enjuague el paño de lavar y cuélguelo a secar.
- Barra o use en estropajo/mapo húmedo para limpiar el piso de la cocina y alrededor de la mesa de comer si es necesario.
- Vacíe el zafacón/basurero todos los días.



Mantenga los productos de limpieza fuera del alcance de los niños.

Esta publicación fue originalmente desarrollada por Nayda I. Torres, Profesora Asociada en Economía Familiar y del Consumidor, Instituto de Ciencias de la Alimentación y Agricultura, Universidad de Florida. Esta información ha sido adaptada para el uso en Tennessee por Martha Keel, Profesora Asociada y Líder, Diseño Interior y Artesanías.

04-0288 SP460-D 3/04 E12-5315

Socio en el Sistema Cooperativo de Extensión, El Servicio de Extensión Agrícola ofrece sus programas a todas las personas elegibles sin considerar raza, color, edad, nacionalidad, sexo o limitaciones personales y provee igual oportunidad de empleo.

Trabajo de Extensión Cooperativo en Agricultura y Economía Doméstica. El Instituto de Agricultura de la Universidad de Tennessee, el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos de Norte América y los Gobiernos de los Condados cooperan con el objeto de promover los acuerdos del 8 de mayo y del 30 de junio de 1914.

Servicio de Extensión Agrícola
Charles L. Norman, Decano