

¿Cómo conservar el delicioso pescado?



¿Qué tanto ayudas a tu familia en la cocina? ¿Te gusta? Recuerda que sólo debes estar ahí cuando algún adulto te acompañe.

Estamos en temporada de comer mucho pescado, yomi, yomi. Pero debemos saber cómo elegirlo y conservarlo antes de comerlo. Pásale a tu mamá, o a quien cocine en casa, estos sencillos consejos.

1.Compra pescado que esté refrigerado o sobre una gruesa capa de hielo.



2.El pescado debe tener olor fresco y suave.

3. Los ojos del pescado deben ser claros y sobresalir un poco.



4.La carne del pescado entero y los filetes deben ser brillantes y tener agallas de color rojo brillante, sin sustancia lechosa.

5.La carne debe volver a su lugar luego de presionarla.

6.Antes de meter el pescado al refrigerador, límpialo, lávalo y quítale las escamas y la cabeza.

7.Cuando lo refrigeres, mete el pescado en un recipiente, luego tápalo o cúbrelo con papel alimentario.

8.No mantengas el pescado en el refrigerador más de dos días.

Fuente: muyinteresante.