

Ley de alimentos caseros de Alabama

Fermentación

► La Ley de alimentos caseros de Alabama entró en vigor en 2014 y fue modificada en 2021. La ley establece que las personas pueden producir determinados alimentos no peligrosos en sus hogares. La nueva ley define la comida casera como un alimento que no es potencialmente peligroso, que se ha preparado en la casa de una persona y que no requiere control de tiempo y temperatura para ser segura. La ley excluye los productos que utilizan carne, aves o pescado.

La fermentación es una excelente forma de conservar los alimentos. Algunos tipos de alimentos fermentados populares hoy en día son la kombucha, el kimchi, el chucrut, el kéfir, el tempeh, los pepinillos y otros vegetales fermentados. Para estar incluido en la Ley de alimentos caseros de Alabama, el producto fermentado debe elaborarse con una receta y un proceso validados y no debe producir alcohol. Los productos fermentados deben cumplir ciertos requisitos de acidez para la seguridad alimentaria, lo que se traduce en un pH de equilibrio final de 4,2 o inferior. Siga todas las directrices del Departamento de Agricultura de Estados Unidos (USDA, por su sigla en inglés) específicas para su producto. Puede encontrar estas directrices en cualquier sitio web de Extensión estatal o en el sitio web del Centro Nacional para la Conservación de la Comida Casera (National Center for Home Food Preservation).

Un laboratorio aprobado debe realizar las pruebas iniciales. Tras la prueba inicial y la aprobación, Alabama Extension recomienda realizar pruebas periódicas para verificar que los resultados se mantienen constantes.

Directrices esenciales para todos los productos fermentados:

- Utilice siempre recetas y procedimientos validados.
- No altere las recetas; las proporciones son importantes en una receta probada.
- Asegúrese de que el pH sea lo suficientemente bajo como para evitar el desarrollo de *Clostridium botulinum*.
- Utilice siempre sal específica para conservas o encurtidos.
- No utilice sal reducida en sodio en la fermentación.



Figura 1 Alimentos fermentados.

- Utilice recipientes de vidrio, cerámica o plástico alimentario para fermentar su producto. Los recipientes metálicos no son adecuados para la fermentación.
- Utilice agua filtrada para obtener mejores resultados.
- Mantenga los vegetales cubiertos por la salmuera. Esto es esencial.
- Utilice un elemento pesado para mantener el producto sumergido en la salmuera y cubra el recipiente con una toalla limpia y gruesa. Esto ayudará a que no entren insectos y a que no se forme moho durante el proceso de fermentación.
- La temperatura ideal para la fermentación es entre 70 y 75 grados F.
- Compruebe cada 2 o 3 días si hay espuma, ya que que esta debe retirarse para que el producto no se estropee.
- **Deseche cualquier producto que tenga un moho viscoso negro o rosa.**

Siga las directrices del USDA si su receta validada requiere que el envasado incluya inmersión en agua hirviendo.