

## 快速安全地冷却食品

- 冷却高温食品需要经历两个阶段，且冷却时间最多不得超过 6 个小时：
  - 第 1 阶段：**在前 2 小时内将温度从 135 华氏度（约 57 摄氏度）降到 70 华氏度（约 21 摄氏度）
  - 第 2 阶段：**在接下来的 4 小时内将温度从 70 华氏度（约 21 摄氏度）降到 41 华氏度（约 5 摄氏度）
- 用室温食材制备的即食类食品必须在 4 小时内冷却到 41 华氏度（约 5 摄氏度），或者使用预先冷藏的食材。

### 快速冷却法

#### 浅的金属平底锅

- 在平底锅中平铺一层或者厚度介于 2-4 英寸（约 5-10 厘米）之间的产品。
- 让平底锅敞口静置，直至产品温度达到 41 华氏度（约 5 摄氏度）。
- 立即将产品冷藏。
- 不要将热平底锅叠放：留出空间让空气保持流通。

#### 冰浴

- 在干净的水池或大平底锅中装满冰块和冷水。
- 将高温产品放在金属容器中，然后放入冰浴。确保冰浴水平线与产品齐平！
- 每 10 分钟搅动一次产品（请使用冰浆搅动以缩短冷却时间）。
- 需要时更换冰块和冷水。
- 当产品温度降到 41 华氏度（约 5 摄氏度）时，给容器盖上盖子、贴上标签并注明日期，然后放入冰箱。

#### 小份

- 将产品分成小份后，放入浅的金属平底锅。
- 对于较厚的产品，厚度应为 2 英寸（约 5 厘米）；对于较薄的产品，厚度应为 4 英寸（约 10 厘米）。
- 将肉类切成或削成不大于 4 英寸（约 10 厘米）的小块，在锅中平铺一层。
- 放入冷藏环境，不时搅动。

#### 其他有用建议：

- 相比塑料容器，金属容器有助于更快地冷却产品。
- 在冰箱中冷却时，一定要用最上面的一层。
- 严禁在室温环境下冷却温度低于 135 华氏度（约 57 摄氏度）的产品，应将其放入冰箱/制冷设备或冰浴中。
- 当产品冷却至 41 华氏度（约 5 摄氏度）时，不要忘记第一时间为产品贴上标签并注明日期。
- 冷却过程中，始终使用干净的测温计来监控产品温度。
- 使用冷却日志如实记录冷却温度。

