FoodSafety.gov

Tabla de temperatura interior mínima segura para la cocinar

Alimentos	Tipo	Temperatura interna (°F/°C)
Carne de res, bisonte, ternera, cabra y cordero	Filetes, asado, chuletas	145 °F (63 °C) **Tiempo de reposo: 3 minutos**
	Carne molida y salchichas	160 °F (71 °C)
Guisados	Con carne y sin carne	165 °F (74 °C)
Pollo, pavo y otras aves de corral	Todo: ave entera, pechugas, patas, muslos, alas, carne de ave molida, menudos, salchichas y relleno dentro del ave de corral	165 °F (74 °C)
Huevos	Huevos crudos	Cocinar hasta que la yema y la clara estén firmes
	Platos a base de huevo (como frittata, quiche)	160 °F (71 °C)
	Guisados (que contengan carnes rojas y de aves de corral)	165 °F (74 °C)
Jamón	Jamón crudo	145 °F (63 °C) **Tiempo de reposo: 3 minutos**
	Jamón precocido (para recalentar)	165 °F (74 °C) **Importante:**Recaliente los jamones cocidos empacados en plantas inspeccionadas por el USDA a 140 °F (60 °C)
Sobras	Cualquier tipo	165 °F (74 °C)
Carne de cerdo	Filetes, asado, chuletas	145 °F (63 °C) **Tiempo de reposo: 3 minutos**
	Carne molida y salchichas	160 °F (71 °C)
Conejo y venado	Salvaje o criado en granja	160 °F (71 °C)
Mariscos	Pescado (entero o en filete), como salmón, atún, tilapia, abadejo, lubina, bacalao, bagre, trucha, etc.	145 °F (63 °C) o cocine hasta que la carne ya no sea translúcida y se separe fácilmente con un tenedor
	Camarones, langosta, cangrejo	Cocinar hasta que la carne se

Alimentos	Tipo	Temperatura interna (°F/°C)
	y vieiras	vea perlada o blanca y opaca.
	Almejas, ostras, mejillones	Cocinar hasta que las conchas se abran durante la cocción

Fecha de la última modificación 14 de marzo de 2024