

1. Introducción

Este manual tiene como objetivo establecer los procedimientos estandarizados para garantizar que la cocina de ¡La Jama! opere de manera eficiente, segura y conforme a las normas de calidad e higiene. Aquí se detallan los métodos correctos para la manipulación de alimentos, el uso adecuado de equipos, y las normas que deben seguir todos los miembros del personal de cocina.

2. Normas Generales en la Cocina

Higiene Personal

- Todos los empleados deben **lavarse las manos** frecuentemente, especialmente después de manipular alimentos crudos, utilizar el baño o tocar objetos contaminados.
- Es obligatorio el uso de **gorras o redes para el cabello** para evitar que caiga en los alimentos.
- Las uñas deben estar **cortas, limpias y sin esmalte**. No se permiten uñas postizas ni joyería visible, excepto anillos de matrimonio.
- Los empleados deben usar **uniformes limpios** diariamente. Si el uniforme se ensucia durante el turno, debe cambiarse de inmediato.

Normas de Seguridad en la Cocina

- Siempre utiliza **guantes y equipo de protección** al manipular productos calientes o cuchillos afilados.
- El suelo debe mantenerse limpio y seco para evitar accidentes. Las señales de advertencia deben usarse en caso de que haya áreas húmedas.
- Evita correr dentro de la cocina y sé consciente de los demás empleados para evitar colisiones.

Organización del Trabajo

- Mantén tu estación de trabajo **organizada y limpia**. Desinfecta las superficies antes y después de preparar alimentos.
- Asegúrate de que todos los ingredientes estén listos y a la mano antes de comenzar la cocción (principio de **mise en place**).
- Las tareas deben realizarse siguiendo las prioridades establecidas por el chef principal para asegurar que los tiempos de preparación sean eficientes.

3. Manipulación de Alimentos

Recepción de Provisiones

- Al recibir provisiones, verifica la **frescura de los productos**, en especial los mariscos y pescados.
- Revisa la **temperatura de entrega**: los mariscos y pescados deben estar en temperaturas seguras (alrededor de 4°C o menos).
- Cualquier producto que no cumpla con los estándares de calidad debe ser **rechazado** de inmediato.

Almacenamiento de Ingredientes

- **Mariscos y pescados frescos** deben almacenarse en hielo o en áreas de refrigeración separadas a 0-4°C.
- Los productos perecederos deben colocarse en refrigeradores etiquetados con las fechas de recepción y consumo preferente. Aplica el sistema **FIFO** (First In, First Out) para asegurarte de que los ingredientes más antiguos se utilicen primero.
- Los productos secos deben almacenarse en **áreas limpias y secas**, fuera del suelo y en contenedores herméticos.

Manejo de Mariscos y Pescados

- Lava y desinfecta las superficies antes de manipular mariscos crudos. Utiliza **tablas de corte específicas** para evitar la contaminación cruzada.
- Los mariscos que no se vayan a utilizar inmediatamente deben mantenerse refrigerados o congelados.
- Asegúrate de seguir las instrucciones de **descongelación adecuadas**: siempre en refrigeración o bajo agua fría, nunca a temperatura ambiente.

4. Procesos de Preparación de Alimentos

Preparación de Ingredientes

- Utiliza **cuchillos bien afilados** y sigue las técnicas de corte adecuadas para mariscos, verduras y carnes.
- Los ingredientes deben prepararse siguiendo los estándares de calidad establecidos por el chef. Todos los cortes deben ser uniformes para asegurar una cocción uniforme.

Procedimientos de Cocción

- Los tiempos de cocción deben seguirse con precisión, asegurando que todos los alimentos estén cocidos a la **temperatura interna correcta** para evitar riesgos de salud.
- Para los mariscos, sigue las siguientes temperaturas internas mínimas:
 - Camarones y langostas: **63°C**
 - Pescados: **63°C** (la carne debe ser opaca y firme)
 - Almejas, mejillones y ostras: deben **abrirse completamente** al cocinarse, los que no se abran deben desecharse.

Presentación de Platos

- Asegúrate de que los platos estén **calientes** antes de servir, para mantener la temperatura adecuada de los alimentos.
- Sigue las instrucciones del chef para la presentación de cada plato, asegurando que todos los ingredientes estén colocados de manera uniforme y atractiva.

5. Uso y Mantenimiento de Equipos y Herramientas

Equipos Principales en la Cocina

- Familiarízate con el uso de **hornos, freidoras, planchas y parrillas**. Usa siempre guantes de seguridad para evitar quemaduras.
- Asegúrate de seguir los procedimientos correctos para cada equipo y nunca fuerces el funcionamiento de ningún aparato.

Procedimientos de Limpieza y Mantenimiento

- Al final de cada turno, los equipos deben **limpiarse y desinfectarse**. Esto incluye limpiar las rejillas de las parrillas, desengrasar las freidoras y desinfectar los hornos.
- Si algún equipo presenta fallas, informa de inmediato al jefe de cocina o al encargado de mantenimiento para evitar accidentes.

6. Prevención de Contaminación Cruzada

Separación de Alimentos Crudos y Cocidos

- Los alimentos crudos, especialmente mariscos y pescados, deben prepararse en áreas separadas de los alimentos cocidos para evitar la contaminación cruzada.
- Usa **utensilios, tablas de cortar y cuchillos** separados para alimentos crudos y cocidos.

Limpieza de Superficies y Utensilios

- Todas las superficies deben desinfectarse con regularidad. Utiliza productos de limpieza aprobados y sigue las instrucciones de uso para garantizar la eliminación de bacterias.

Manipulación de Alérgenos

- Identifica claramente los ingredientes que contienen alérgenos (mariscos, gluten, lácteos, etc.).
- Utiliza utensilios y superficies de trabajo **exclusivos** para alimentos destinados a clientes con alergias.

7. Control de Calidad y Seguridad Alimentaria

Temperatura de Cocción y Conservación

- Utiliza **termómetros de cocina** para verificar la temperatura de cocción de los alimentos. Asegúrate de que todos los mariscos y pescados se cocinen a la temperatura adecuada.
- Los alimentos cocidos deben mantenerse a **temperaturas superiores a 60°C** hasta el momento de servir.

Verificación de Fechas de Caducidad

- Revisa periódicamente las **fechas de caducidad** de los productos almacenados y asegúrate de que los ingredientes más antiguos sean los primeros en utilizarse.

Protocolo para Manejar Alimentos en Mal Estado

- Si encuentras algún producto en mal estado (olor, color o textura anormales), debes **desecharlo de inmediato** y reportarlo al chef o supervisor.

8. Gestión de Residuos

Clasificación y Eliminación de Desechos

- Separa los residuos en **orgánicos, reciclables y no reciclables**.
- Los desechos orgánicos deben eliminarse en contenedores apropiados y retirarse frecuentemente para evitar malos olores y la presencia de plagas.

Reciclaje y Manejo de Basura

- Sigue las pautas del restaurante sobre el manejo de materiales reciclables, como plásticos, vidrio y cartón.

9. Normas para el Personal de Cocina

Puntualidad y Responsabilidades

- Todos los empleados deben llegar puntualmente a su turno. La **puntualidad** es esencial para asegurar que las tareas de preparación y servicio se realicen a tiempo.
- Cada miembro del personal es responsable de mantener su **estación de trabajo limpia** y organizada.

Trabajo en Equipo y Comunicación

- La comunicación entre los empleados de cocina es crucial para asegurar que los platos se preparen y sirvan en tiempo y forma.
- Sé proactivo a la hora de ayudar a otros compañeros si has terminado tu tarea.

10. Consecuencias del Incumplimiento de Normas

El incumplimiento de las normas establecidas en este manual puede resultar en **advertencias verbales, sanciones escritas** o, en casos graves, la **terminación del contrato** laboral. La seguridad alimentaria y el bienestar de los clientes es nuestra máxima prioridad.

11. Conclusión

El cumplimiento de los procedimientos descritos en este manual es esencial para garantizar el correcto funcionamiento de la cocina y ofrecer una experiencia gastronómica segura y de alta calidad a nuestros clientes. Cada empleado debe estar comprometido a seguir estas normas para asegurar el éxito del restaurante.