



Mamá Chef

Tome medidas de seguridad en la cocina para usted y su bebé.

- Nunca cocine con ropa holgada o joyas colgantes.
- Si tiene el cabello largo, manténgalo atado hacia atrás.
- Mantenga a mano los agarradores y los guantes de cocina. Tenga cuidado de no dejarlos cerca de una llama abierta, ya que podrían incendiarse.
- Guarde los cuchillos en un bloque de madera o en un cajón. Asegúrese de que los cuchillos estén fuera del alcance de los niños.
- Evite que las asas de las ollas sobresalgan de la estufa para que los niños no puedan agarrarlas fácilmente y los adultos no puedan chocar con ellas.
- Limpie todos los derrames y vidrios rotos inmediatamente para que nadie se resbale, se caiga o se lastime.
- Apague la estufa y los quemadores cuando haya terminado de usarlos.
- Consiga un extintor de incendios para su cocina y aprenda a usarlo correctamente.

Siga estos consejos para divertirse mientras cocina.

- Lea la receta y asegúrese de que tiene todos los ingredientes y los utensilios que necesita.
- Limpie el área de preparación de alimentos con un paño limpio y húmedo.
- Lávese las manos.
- Coloque los ingredientes y los utensilios que necesita en la encimera.
- Mida los ingredientes cuidadosamente y siga todos los pasos en orden.
- Guarde los ingredientes cuando haya terminado de usarlos.
- Limpie a medida que cocine.
- Lave todos los platos con agua caliente y jabón.
- No ponga cuchillos afilados en el lavaplatos. Para evitar cortarse las manos, lave los cuchillos afilados por separado.

