



Steve Troxler
Commissioner

North Carolina Department of Agriculture
and Consumer Services
Food and Drug Protection Division

Daniel L. Ragan
Director

En Este Ardiente Verano Utilice que Mejor que Su Auto para Secar Sus Hierbas

Existen varios métodos para secar hierbas. El más común es colgarlas de las ramas en un lugar seco y oscuro. Sin embargo, este puede resultar ser un método complicado si el clima donde usted vive es húmedo, ya que sus hierbas se llenaran de hongos antes de haber secado completamente. El horno y el horno microondas son también usados para secar hierbas, pero el horno no siempre es igualmente útil para todo tipo de hierbas y, el microondas puede quemarlas si usted no mide bien cada segundo.

Si usted estaciona (parquea) su auto en un lugar abierto, este verano usted puede utilizarlo para secar sus hierbas. La temperatura al interior del auto oscila entre los 100 y los 120 F; es una temperatura ideal para secar hierbas y este método es totalmente eficiente: no utiliza energía eléctrica y remueve por completo la humedad de sus hierbas.

Coloque una malla o recipiente apropiado con las hierbas en el asiento de su auto. Mantenga las ventanas cerradas. En pocas horas sus hierbas estarán perfectamente secas. Retírelas del auto y colóquelas en un lugar seco y oscuro dentro de su casa.

Si bien este método es muy amigable, no dañino para el ambiente o la salud, su carro puede quedar impregnado con el olor de las hierbas por algún tiempo, por ello asegúrese de secar hierbas que ofrezcan un olor agradable.

Se recomienda usar el auto para secar las siguientes hierbas:

- Albahaca
- Menta
- Romero
- Perejil
- Hierba luisa
- Tomillo

Prueba para Comprobar que Están Bien Secas

Las hierbas están bien secas cuando se parten fácilmente entre los dedos. Los tallos frágiles, también se parten al doblarlos. Las hojas y semillas deben caer de las ramas.

Almacenar Hierbas Secas

Una vez secas, separa las hojas de los tallos o ramas. No guarde ni los tallos ni las ramas porque tienden a conservar humedad por mucho más tiempo, luego que las hojas ya secaron completamente.

En lo posible guarde las hojas enteras; contra más largas las hojas mejor conservaran el sabor. Cuando las guarda ya molidas o desmenuzadas pierden sabor y aroma.

Guárdelas en un recipiente hermético (que no entre aire). Ponga el recipiente en un lugar frío, oscuro. Úselas antes de un año.

Congelar Hierbas Secas

Congele las hierbas en cantidades pequeñas, dentro de una bolsa de plástico que lleve una etiqueta con el nombre de la hierba. Evite congelar grandes cantidades de hierbas a la vez, ya que una vez descongeladas no pueden volverse a congelar.

Las hierbas secas si son congeladas correctamente pueden durar hasta un año.

Hierbas Secas y Seguridad de Alimentos

Un estudio microbiológico realizado en UK sobre hierbas y especies secas de venta en tiendas determinó que el 96% de 2833 muestras obtenidas en tiendas y, el 92% de 132 lotes eran de calidad satisfactoria o aceptable. Sin embargo, se encontró salmonela spp en el 1.5% de los lotes y, en 1.1% de las muestras que se obtuvieron en las tiendas.

También se encontró *Bacillus cereus* (1%), *Clostridium perfringens* (0.4%), y *Escherichia coli* (2.1%) en muestras de hierbas secas "listas para usarse" (Ready -to -use).

El estudio demostró que existe un riesgo de salud para el público que consume estas hierbas secas cuando se venden naturales y no han pasado por ningún procesamiento.

Para prevenir la contaminación tanto de hierbas secas como de especies es fundamental tener mucha higiene en todo momento: al sembrarlas, cosecharlas, procesarlas, manipularlas o usarlas.

Asegúrese de comprar hierbas de un proveedor confiable, que observe prácticas higiénicas y, usted también tenga mucha higiene cuando las toca, seca, almacena, congela o prepara.

Para mayor información comuníquese con la División de Alimentos y Medicinas del Departamento de Agricultura de Carolina del Norte. Persona de Contacto: Maria Noriega. 919-733-7366