

## El Color de las Carnes y de las Aves

*A continuación, presentamos información del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos sobre el color de la carne de ave, los factores que lo afectan, y el significado de los cambios de coloración.*

El color de la carne es importante cuando se compran, almacenan y cocinan. Casi siempre un color brillante, atractivo se toma en consideración al comprar carnes. Abajo hay algunas preguntas y respuestas para ayudar a entender la diferencia en color.

### ¿Qué factores afectan el color de las carnes y aves?

La mioglobina, es la proteína responsable del color rojo. La mioglobina no circula en la sangre pero se fija en las células del tejido y es púrpura en color. Cuando se mezcla con oxígeno, se convierte en oximioglobina y produce un color brillante. El color restante proviene de la hemoglobina, la cual se encuentra principalmente en la sangre que circula, pero se puede encontrar en pequeñas cantidades en los tejidos después de la matanza.

El color de la carne es influenciado por la edad del animal, las especies de animales, el sexo, la dieta y aún el tipo de ejercicio que realiza el animal. La carne de un animal más viejo será más oscura en color, porque el nivel de mioglobina aumenta con la edad. Los músculos ejercitados serán siempre más oscuros en color, lo cual significa que dentro del mismo animal, puede haber variaciones en el color de sus músculos.

En adición, el color de la carne de res y de aves puede cambiar mientras se almacene en la tienda al detalle y en el hogar (vea la explicación de la pregunta 5). Cuando se almacena de forma adecuada en el refrigerador o en el congelador, los cambios en color son normales para las carnes de res y aves frescas.

### ¿Un cambio en color indica deterioro?

Cambio en color no indica que el producto esté deteriorado. Cambios en color son normales en productos frescos.

### ¿Si el color de la carne de res y de aves cambia mientras están congelados, será esto inocuo?

Los cambios en color ocurren de igual manera mientras las carnes de res y de aves estén congeladas, así como si estuvieran en el refrigerador. Un cambio de color y oscurecimiento, por ejemplo, no afecta la inocuidad. Estos cambios están minimizados por el uso del empaque de congelador y por cuanto aire se libera del empaque.

### ¿Qué son los parches blancos secos en la carne de res y de aves?

Los parches blancos secos indican quemaduras de frío. Cuando la carne de res y de pollo se han congelado por un período de tiempo extendido o no se han empacado o sellado apropiadamente,

esto suele ocurrir. El producto se mantiene sano para comer, pero las áreas con quemaduras de frío se secarán y no tendrán sabor, y pueden cortarse si se desea.

## **EL COLOR DE LA CARNE DE AVES**

### **¿Cuál es el color usual de la carne de aves cruda?**

La carne cruda de aves puede variar de blancoazulado a amarillo. Todos estos colores son normales y están directamente relacionados a la especie, al ejercicio, edad y/o a la dieta. Las aves más jóvenes tienen menos grasa debajo de la piel, lo cual puede resultar en un azul, y una piel amarilla puede ser el resultado de ranúnculos en la alimentación.

### **¿Qué causa las diferencias en el color de la carne molida de aves?**

La carne de aves molida varía en color de acuerdo a la parte del animal que se molió. Un rosa más oscuro significa que se usó una carne más oscura y un rosa más pálido significa que se usó carne más blanca (o que se incluyó piel). La carne de aves molida puede contener sólo carne de músculo y piel con grasa adherida en proporción a toda el ave.

### **¿Qué causa que los huesos sean oscuros en la carne de aves cocida?**

El oscurecimiento de los huesos y la carne alrededor de los huesos ocurre primeramente en aves jóvenes (6-8 semanas). Puesto que los huesos no se han calcificado o endurecido completamente, los pigmentos de la médula ósea penetran los huesos y en las áreas que los rodean. La congelación puede también contribuir a este oscurecimiento. Esto es algo estético y no de inocuidad. La carne estará sana para comer cuando todas las partes han alcanzado al menos 165°F (74 °C).

### **¿De qué color es la carne de aves cocida adecuadamente?**

La carne de aves cocida adecuadamente puede variar en color, desde blanco hasta rosa bronceado. Para inocuidad, cuando cocine aves, utilice un termómetro de alimentos para verificar la temperatura interna. Las aves deben alcanzar una temperatura mínima interna de 165 °F (74 °C) en todo el producto. Para un pollo o pavo entero, verifique la temperatura interna en la parte más interna de la cadera, el ala y la parte más gruesa de la pechuga. Toda carne, incluyendo la que permanezca rosa, es inocua para comer tan pronto como todas las partes alcancen por lo menos 165 °F (74 °C).

### **¿Por qué algunas carnes de aves contienen sólo carne de músculo y piel con grasa cocidas son de color rosa?**

Al cocinar ocurren cambios químicos. Gases del horno en un horno de gas o eléctrico reaccionan químicamente con la hemoglobina en los tejidos de la carne para dar un matiz rosa. Casi siempre la carne de aves jóvenes muestra un color más rosa porque sus pieles delgadas permiten que los gases reaccionen con la carne. Los animales más adultos tienen una capa de grasa debajo de la

piel, dándole a la carne más protección de los gases. Las aves más adultas, pueden tener carne rosa en lugares donde no había grasa en la piel. Además, por los nitratos y nitritos, los cuales se utilizan muchas veces como conservantes, o porque pueden ocurrir naturalmente en la alimentación o el agua suplida, pueden causar un color rosa.

**¿Será inocuo si la carne de ave es de color rosa y está totalmente cocida y ahumada?**

Las aves asadas o ahumadas en el exterior pueden ser de color rosa, aún cuando todas las partes hayan alcanzado temperaturas por encima de los 165 °F (74 °C). Puede que haya un poco de color rosa alrededor del producto cocido. Preparada comercialmente, la carne de aves ahumada es usualmente rosa si es preparada con humo natural y sabor a humo líquido.

*Para información sobre cambios en la coloración de otras carnes, pueden acceder al artículo completo haciendo click [AQUI](#)*

**Fuente:** USDA. El color de las carnes y de las aves. Servicio de Inocuidad e Inspección de los Alimentos. Disponible en: [https://www.fsis.usda.gov/wps/wcm/connect/4ce35862-b3a7-4050-9140-48a296dfb88e/Color\\_Carnes\\_Aves.pdf?MOD=AJPERES](https://www.fsis.usda.gov/wps/wcm/connect/4ce35862-b3a7-4050-9140-48a296dfb88e/Color_Carnes_Aves.pdf?MOD=AJPERES) (Acceso: Enero 2019)