

# ¿Sabemos hacer la compra? (I)

¿Qué productos necesito?  
¿Para cuánto tiempo he de aprovisionarme?  
¿Cómo voy a guardar todo esto...?

**Q**uién no se ha planteado alguna vez preguntas como éstas... Si encontramos las respuestas adecuadas, haremos una compra eficiente y, sobre todo, evitaremos contaminaciones o deterioros, siempre antieconómicos y, en el peor de los casos, peligrosos.

## La compra

El aprovisionamiento de los productos que vamos a necesitar requiere una planificación inteligente y cuidadosa. Lo ideal, acaso no siempre factible, es realizar por separado la compra de los productos no alimentarios, por más que puedan estar íntimamente ligados a la actividad de nuestra cocina: productos de limpieza, menaje auxiliar, insecticidas, ambientadores... productos que, en todo caso, deberían transitar en nuestra casa por "camino y destinos propios".

La contaminación cruzada es uno de nuestros enemigos permanentes. Conviene tener muy claro que puede acechar ya desde las primeras etapas de nuestro trabajo y que, por más que sea la microbiana la que se suele tener más presente, también es posible que ocurra por productos químicos. Las consecuencias incluso pueden ser inocuas en términos de seguridad, pero pueden dar al traste con aspectos cualitativos de los alimentos, por ejemplo por impregnación de olores.

Como no se trata de "ir a la compra dos veces", para comprar los productos alimenticios y los no alimenticios, mantendremos siempre la separación al comprar, al colocar y al almacenar.

## Calculando...

Deberemos tener en cuenta varios factores a la hora de llevar nuestra compra a cabo. Es importante establecer, de la forma más clara posible, algunos parámetros que serán prácticamente constantes en nuestra cocina y que, en mayor o menor medida, están interrelacionados:

> **Demanda:** Cuánto necesitamos (de cada categoría de producto) y con qué frecuencia.

> **Capacidad real de almacenamiento** en cadena de frío (en congelación y en refrigeración) y de alimentos no perecederos.

> Capacidad / características/ prestaciones de **nuestra cocina**.

Ese conjunto de factores será casi constante, regular, en cada hogar, aunque puede verse afectado en circunstancias puntuales y por oscilaciones estacionales.

Es evidente que, si sobrevaloramos nuestra capacidad de "gestión de productos" (almacenamiento, preparación, consumo), estaremos abocados a almacenarlos por tiempo indefinido, posiblemente con una colocación, distribución o estiba incorrectas (*¡no hay sitio!*), expuestos a sobrepasar sus fechas de caducidad o de consumo preferente, sobrepasando nuestra capacidad de almacenaje y, por todo ello, apostando por una pérdida económica o, lo que es peor, por un potencial problema de salud, al pretender "recuperar" productos que ya no están en las mejores condiciones.<<



Así, concluimos algunos "preceptos" que, no por obvios, son siempre tenidos en cuenta:

- Con carácter general, no debemos comprar lo que previsiblemente no se va a poder utilizar y consumir dentro de su período de vida comercial. Habría que almacenarlo "sine die", expuestos a sobrepasar sus fechas de caducidad o de consumo preferente, sobrecargando sin necesidad nuestra capacidad de almacenaje.
- Es preferible optar por una "despensa" más corta, menos variada, pero bien seleccionada y, sobre todo, bien gestionada, especialmente en términos de seguridad (rotación de fechas, separación de productos...).
- Este principio general adquiere proporciones trascendentes cuando nos referimos, específicamente, a alimentos que precisan ser conservados en cadena de frío: nunca compraremos más alimentos perecederos de los que objetivamente podamos almacenar y gestionar en tiempo y forma adecuados.