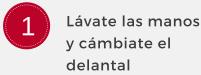


Sigue estos pasos y evitarás la contaminación cruzada





Limpia la superficie de trabajo

Coge una tabla y utensilios limpios (cuchillo, cucharón, sartén, cazuela, etc.)

- Si vas a freír, hazlo en aceite limpio
- Si habitualmente utilizas la **plancha** para alimentos con gluten, no la uses al hacer platos sin gluten. **Sustitúyela por una sartén**



6 No utilices **salero** de mano, sino con dosificador



- Precaución con las especias y condimentos molidos (cominos, cúrcuma, curry...), que suelen contener gluten. Utiliza especias en rama, grano o hebra
- Una vez preparado el plato sin gluten, **tápalo** hasta que se sirva al cliente

## Y iRECUERDA!

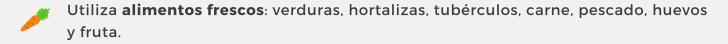


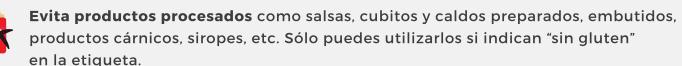
El pan con gluten no puede tener contacto con los utensilios que vaya a utilizar el celíaco (plato, cubiertos, etc.)



**Evita cu** 

Evita cualquier derivado del trigo, cebada, centeno y avena (pan, pan rallado, harina, pasta, galletas, bizcochos, barquillos, etc.).





- Guarda los productos especiales sin gluten en un armario cerrado y bien etiquetados.
- Nunca prepares un plato con gluten y otro sin gluten a la vez.