

Pescados y mariscos	Refrigerador	Congelador
Almeja	5 días (almeja viva)	N/A
Atún	36 horas	N/A
Bacalao	36 horas	4 meses
Camarón	4 días N/A (camarón empanado)	5 meses 8 meses (camarón empanado)
Cangrejos	5 días 7 días (king crab) 5 días (pinzas, quelas, o claws para cócteles) 5-7 días (cangrejo azul) 6 meses (cangrejo azul pasteurizado)	6 meses 9 meses (king crab) 4 meses (pinzas, quelas, o claws para cócteles) 4 meses (cangrejo azul)
Chillo	36 horas	4-8 meses
Dorado	36 horas	4-8 meses
Langostas	1-2 días (langosta viva) 4-5 días	6 meses
Meros	36 horas	4-8 meses
Ostras	4-7 días (ostra viva)	
Pargo	36 horas	4-8 meses
Peto	36 horas	4-8 meses
Pez León		
Rodaballo	36 horas	N/A
Salmón	36 horas 5-8 días (salmón ahumado)	N/A 2 meses (salmón ahumado)
Sierra	36 horas	N/A
Tilapia	36 horas	4-8 meses

Categoría del producto	Refrigerador	Congelador
Carne de pescado con alto contenido de grasa	36 horas	
Carne de pescado de bajo contenido de grasa	36 horas	4, 6-8 meses
Carne de pescado ahumada	3-4, 5-8 días	2 meses
Productos empanados	N/A (porciones de pescado) N/A (vieiras) N/A (camarones)	N/A (porciones de pescado) 10 meses (vieiras) 8 meses (camarones)
Mariscos	Varía ampliamente dependiendo del producto y el estado del mismo.	

debe verificar la fecha de expiración del producto que vaya a comprar. El pescado que se desee refrigerar debe permanecer dentro de su empaque original y ser colocado en la parte más fría del refrigerador próxima a una temperatura de 32°F (0°C). Además, se recomienda cubrir el pescado con hielo mientras se mantenga dentro del refrigerador para así preservar mejor la carne. Considere refrigerar su producto solamente si este será preparado dentro de un periodo aproximado de 2 días, preferiblemente entre las primeras 36 horas luego de obtenerlo. De lo contrario, guárdelo en el congelador. Si el pescado no trae su propio empaque, o este ha sido removido, dicho alimento debe ser envuelto firmemente en papel plástico, de aluminio o en papel a prueba de humedad antes de almacenarlo en el congelador. No obstante, es recomendable descartar el empaque para almacenar el producto congelado y usar.

en cierta medida, la consistencia y el sabor del alimento cambiarán ya que estas características, que aportan a la calidad del producto, se deterioran un poco. Por otro lado, los productos que hayan permanecido descongelados durante un periodo de 2 horas a una temperatura mayor de 40 °F (4.4 °C), deben desecharse. Asegúrese de seguir las prácticas correctas.

Recomendaciones para refrigerar:

- Mantenga la temperatura del refrigerador a 4°C o menos. Siempre guarde los productos del mar en los lugares más fríos del refrigerador.
- Para conservar la calidad de los alimentos refrigerados, guárdelos en envolturas o recipientes herméticos. Esto evita que los alimentos se resequen y que los olores y los sabores se pasen de una comida a otra.
- Almacene el pescado y mariscos crudos de manera que el jugo no gotee y contamine otros alimentos, evitando la contaminación cruzada. Pude envolverlos adecuadamente o ponerlos sobre un plato u otro envase.
- Para preservar la calidad del pescado por más tiempo, manténgalo en hielo. El pescado dura casi el doble en hielo picado a 0°C, que a las temperaturas normales de refrigeración (5-7°C). Lo ideal es mantenerlo en hielo, tan pronto como sea posible, es decir, desde la compra. Utilice preferentemente hielo picado o en escamas, en vez de cubos, para aumentar la superficie de contacto con el hielo. Para evitar la lixiviación o arrastre de nutrientes del pescado al agua condensada, envuélvalo apropiadamente.
- Nunca almacene el pescado fresco en agua debido a la pérdida de nutrientes, sabor, y pigmentos, por lixiviación (liberación de nutrientes del pescado al agua)

Recomendaciones para congelar:

- Mantenga la temperatura del congelador a -18°C o más fría.
- Si va a congelar, hágalo tan pronto como pueda después de comprarlos.
- Etiquete todos los alimentos con la fecha y el tipo de alimento, y el peso o el número de raciones.
- Para evitar o minimizar las quemaduras por frío (deshidratación extrema) empaquete los productos en envolturas o recipientes a prueba de humedad

y vapor. Utilice solamente papel aluminio, celofán o bolsas para el congelador, o utilice papel o recipientes especiales para congelador. Si es necesario, use cinta adhesiva de congelador para asegurarse de que la envoltura sea hermética. Si la envoltura se rompe o tiene agujeros, puede que los alimentos quemen con el frío. También se puede realizar un glaseado antes de congelar definitivamente. Esto consiste en congelar el pescado y sumergirlo posteriormente en agua, luego re congelar y sumergirlo nuevamente en agua para que se forme una capa protectora de hielo.

Recomendaciones generales:

- Lea la etiqueta y siga con cuidado las instrucciones sobre cómo guardar, cocinar y recalentar los alimentos.
- Use los alimentos dentro del periodo de tiempo recomendado.
- No llene demasiado el refrigerador y congelador, porque impide que el aire circule libremente y enfríe adecuadamente los alimentos.
- Practique la regla FIFO (“primero en entrar, primero en salir”) para que consuma primero los pescados y mariscos más cercanos a la fecha de expiración o caducidad. Ponga los ítems recién comprados o más nuevos hacia atrás y los más viejos hacia al frente, y consuma primero los ubicados al frente que expiran más prontamente. Esta simple medida le permitirá disminuir el descarte de alimentos vencidos.