

Consejos prácticos: El truco de los cocineros para que las papas, cebollas y ajos duren más en la cocina

24/04/2026



En la cocina cotidiana, las papas, las cebollas y los ajos son ingredientes básicos que aparecen a diario, pero suelen perderse por un mal almacenamiento. Varios profesionales de la gastronomía explicaron la forma correcta de guardar papas, cebollas y ajos para prolongar su vida útil sin recurrir a la heladera ni trucos complicados.

Cómo guardar papas cebollas y ajos para que duren más

El chef español **Jordi Cruz** señaló la importancia del **etileno** y las asociaciones inteligentes entre verduras. Sobre esto afirmó: **“Si la papa está verde, la vamos a poner un poquito con las cebollas para acelerar su maduración; pero cuando**

estén perfectas, cebollas lejos y los ajos ahí, cerquita, para que las protejan y duren muchísimos más días”.

La chef norteamericana **Jenn Crovato** aconsejó mantener las cebollas fuera de la heladera y en un sitio ventilado. Tal como dijo: **“Las cebollas enteras no deberían guardarse en la heladera. Lo mejor es conservarlas en un lugar oscuro y seco, como una alacena”.** Esa sencillez evita humedad y pérdida de sabor.

En la práctica conviene: guardar papas verdes junto a cebollas para acelerar la maduración y, una vez maduras, mantenerlas separadas. Para las papas maduras, ubicar los ajos cerca puede ayudar a **frenar la germinación** por sus compuestos azufrados. En todos los casos, elegir **lugares frescos, secos y oscuros** maximiza la conservación.

Evitar bolsas plásticas y recipientes herméticos es clave: el plástico atrapa humedad y favorece el deterioro. Lo ideal es usar **cestos o bolsas de tela** y separar por variedades; las papas con manchas verdes conviene descartarlas por el **amargor y posible toxicidad**. Mantener una buena **circulación de aire** prolonga la frescura.

Consejos prácticos para conservar alimentos sin heladera en casa

Revisar las piezas regularmente ayuda a detectar **brotos, manchas o humedad** a tiempo y evitar que un producto malo arruine al resto. No pelarlas ni lavarlas antes de guardarlas porque eso acelera el deterioro. Mantener pequeñas cantidades en la mesada y el resto en la alacena resulta práctico y evita desperdicios.

Un cambio simple en la disposición de estos alimentos puede **prolongar semanas su buen estado**: alternar ubicación según madurez y apoyarse en los productos que ralentizan

brotos son medidas que funcionan. Ser ordenado al comprar y al almacenar reduce el desperdicio y ayuda a aprovechar mejor las papas, las cebollas y los ajos en la cocina diaria.

Fuente: La 100