

# Freezing Green Chile

## Como Congelar Chile Verde

### Guide E-311

Alice Jane Hendley, Food & Nutrition Specialist

Cooperative Extension Service  
College of Agriculture and  
Home Economics



This publication is scheduled to be updated and reissued 9/05.

Green chile, a New Mexico favorite, is a good source of vitamins A and C. Frozen at the peak of summer goodness, it can add nutrition and variety to winter meals.

#### SELECTION

Choose chile that is mature, heavy for its size, smooth and symmetrical, bright green in color, fresh, and crisp. Avoid misshapen pods, shriveled skin, mold, soft spots, and bruises.

#### BLISTERING

The tough outer skin must be removed from the chile. Blistering the skin by one of the following methods makes removal easy. The skin may then be removed before or after freezing.

Handling pungent chile can burn hands and eyes. Protect hands with a thin layer of solid fat or by wearing rubber gloves. Keep hands away from eyes while working with chile. Wash hands before and after going to the bathroom and before touching other people, such as picking up a baby. If hands are burned by chile, place them in regular vinegar to ease the stinging sensation.

Wash and dry chile. With a knife, make a small slit in the side to allow steam to escape. Be sure heat source is very hot. Turn frequently to prevent scorching and insure even blistering. Remove from heat and spread out on a flat surface in a single layer to cool before peeling. For a more crisp product, dip chile into ice water as it is removed from heat. For more thoroughly cooked chile, place in a pan and cover with a damp towel for a few minutes.

The following are three heat-source methods for blistering chile:

*Oven or broiler method*—Place chiles in a hot oven or broiler 400–450°F (205–232°C) for 6–8 minutes until skin blisters so that it can be pulled away from the flesh.

El chile verde, favorito de Nuevo México, es buena fuente de vitaminas A y C. Congelado a mitad de temporada, puede dar más nutrición y variedad para las comidas de invierno.

#### SELECCION

Escoja chile que esté maduro, macizo, pesado para su tamaño, recto, color verde brillante, fresco y carnoso. Evite chile pasado, quebrado, tierno con moho blando o magullado.

#### TOSTAMIENTO

La cáscara del chile debe de ser quitada. El chile tostado por uno de los siguientes métodos es más fácil de pelarse, el pellejo ya sea antes o después de ser congelado.

Manejando chile picante puede encharcarse las manos y ojos. Lávese las manos antes y después de usar el baño, y antes de tocar gente o levantar a un niño. Si le arden las manos con el chile puede ponerlos en vinagre para calmar el ardor.

Para proteger las manos úntese manteca o use guantes de hule. No toque los ojos mientras trabaja con el chile.

Lave y seque el chile. Con un cuchillo haga una pequeña cortada en el lado para permitir que salga el vapor. Está segura que el instrumento de tostar está bien caliente. Volté el chile frecuentemente para prevenir que se queme y tostarlo parejamente. Quítelo del fuego y desparrámelo sobre una mesa para que se enfríe. Para un chile más cespso póngalo en agua de hielo después de quitarlo del calor. Para chile más cocido, póngalo en un sarten y cúbralo con un limpiador o toalla por unos minutos.

Los siguientes son tres métodos para tostar chile.

*Método de cosedor*—Ponga el chile en un cosedor o tostador de 400°F a 450°F (205° a 232°C), por seis a ocho minutos hasta que el pellejo se ampolle para pelarlo.

*Range top method*—Place chiles on a hot electric or gas burner after covering burner with a layer of heavy wire mesh.

*Outdoor grill method*—Place chiles on a charcoal grill about 5–6" above glowing coals.

## PEELING AFTER BLISTERING

Removal of the outer skin is easier after freezing. If freezer space permits, cooled, blistered chiles may be packed and frozen.

As the chile is peeled, either before or after freezing, slit along the sides and remove seeds and veins. Stems may be left attached for chiles rellenos.

## PACKAGING

Pack whole unpeeled chiles in plastic bags or wrap in heavy aluminum foil or freezer wrap. Press down to remove all air and seal.

Peeled chiles, whole or diced, can be packaged in plastic bags or rigid containers of glass, metal, or plastic. Leave 1/2" of head space. Seal.

## FREEZING AND STORAGE

Freeze chiles immediately after packing. Freeze at 0°F (-18°C) or below. Put no more food into the home freezer than will freeze within 24 hours. Usually this is about two or three pounds of food to each cubic foot of freezer capacity. For quickest freezing, place packages against freezing plates or coils and leave a little space between packages so air can circulate freely.

After freezing, packages may be stored close together. Store them at 0°F (-18°C), or below.

*Método de comal*—Ponga el chile sobre un quemador eléctrico o de gas después de haber cubierto el quemador con una tela de alambre.

*Método de asador*—Ponga el chile sobre la parrilla de un brasero o asador, cinco a seis pulgadas arriba de las brasas.

## PELAMENTE DESPUES DE TOSTARSE

Es más fácil quitar el pellejo después que el chile ha sido congelado. Si el espacio del congelador permite, chile tostado puede ser empacado y congelado sin pelar.

Cuando se le ha quitado todo el pellejo al chile, antes o después de ser congelado, corte así a los lados para quitar las semillas y venas. Los pezones se pueden dejar para los chiles rellenos.

## EMPACAMIENTO

Empaque chile sin pelar en bolsas de plástico o envuelto en hojas de aluminio. Prénselo un poco para sacar todo el aire y luego se sellan.

Chile pelado, entero o rebanado, puede ser empacado en bolsas de plástico o envases de vidrio, metal o plástico. Deje media pulgada de espacio y selle.

## CONGELAMIENTO Y ALMACENAMIENTO

Congele el chile inmediatamente después de empacarlo. Congele a 0°F (-18°C) o a más baja temperatura. No ponga más comida que lo que pueda congelar durante 24 horas. Usualmente esto es cerca de 2 o 3 libras de comida por pie cúbico. Para congelar rápidamente ponga los paquetes contra las paredes del congelador y deje poco espacio entre los paquetes para que circule el aire.

Una vez congelados, los paquetes pueden ser guardados más cerca. Guárdelos a 0°F (-18°C) o a más baja temperatura.

New Mexico State University is an equal opportunity/affirmative action employer and educator. NMSU and the U.S. Department of Agriculture cooperating.