

IGIENA ȘI SECURITATEA ÎN BUCĂTĂRIE



CEI CARE MANIPULEAZĂ PRODUSE ALIMENTARE

- Purtați îmbrăcăminte de protecție curată.
- Nu se mănâncă sau fumează în bucătărie.
- Acoperiți tăieturile și rănilile cu plasturi viu colorați.
- Orice persoană care are diaree sau vărsături nu are voie să lucreze în bucătărie până când simptomele au dispărut complet de cel puțin 48 de ore.
- Spălați-vă pe mâini cu apă fierbinte și săpun înainte de prepararea hranei și apoi des în timpul pregătirii, mai ales după manipularea alimentelor crude și după folosirea toaletei.

DE CE?

Pentru a preveni contaminarea alimentelor

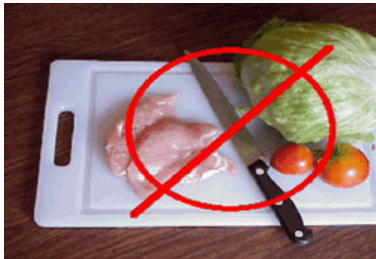


CURĂȚENIA

- Curățați cu apă fierbinte și detergent, apoi dezinfectați suprafețele de lucru (cu dezinfectant sau spray-uri antibacteriene) și chiuvetele înainte de începerea lucrului și după pregătirea alimentelor crude. Asigurați-vă că toate cârpele folosite sunt curate sau de unică folosință, cum ar fi șervețelele de hârtie.
- Verificați în mod regulat ca în bucătărie și în zonele de depozitare a produselor alimentare să nu existe insecte și dăunători.

DE CE?

Bacteriile se găsesc în pământ, apă, animale și oameni. Ele pot fi transferate în mâncare de pe mâini, haine, ustensile, în mod special de pe tocătoare.



CONTAMINAREA ÎNCRUCIȘATĂ

- Folosiți echipament separat, cum ar fi cuțite și tocătoare, atunci când preparați carnea crudă și rădăcinoasele, față de atunci când pregătiți produsele preparate sau semipreparate. Curățați bine și dezinfectați după folosire.
- Păstrați toate alimentele acoperite pentru a preveni contactul între produsele crude și cele preparate.
- Carnea crudă, carnea de pasăre și fructele de mare trebuie ținute în frigider pe un raft inferior celor pe care țineți alte alimente preparate sau semipreparate.
- Toate produsele de curățat trebuie depozitate într-un loc separat de produsele alimentare.

DE CE?

Bacteriile din carnea crudă, carnea de pasăre și ouă se pot răspândi și pe alte alimente care, în timpul preparării vin în contact cu suprafețe, echipament, mâini și haine.



GĂTITUL

- Gătiți toate alimentele bine (în întregime) în special carnea, ouăle și fructele de mare.
- Da-ți în clocot supele și tocanele și amestecați în mod regulat.
- Bucățile de carne gătite – asigurați-vă că la înțepare zeama este incoloră (nu rozalie).
- Burgerii, carnea de pui – verificați să nu fie carne de culoare roz în centru (carne crudă). Dacă mâncarea este ținută fierbinte înainte de a fi servită, trebuie păstrată la o temperatură mai mare de 63°C.
- Alimentele reîncălzite trebuie să fie fierbinți în întregime (nu doar parțial).

DE CE?

Majoritatea micro-organismelor sunt omorâte prin gătitul corect. Temperatura din centrul alimentelor trebuie să atingă 75°C. Ideal ar fi să folosiți un termometru.



RĂCITUL

- Păstrați temperatura frigiderele la 5°C sau mai puțin și a congelatoarelor la -18°C sau mai puțin.
- Răciți alimentele gătite cât mai repede posibil, ideal în 90 de minute, apoi refrigerați sau congelați dacă este necesar.
- Decongelarea – alimentele trebuie să fie decongelate în întregime, în frigider sau în camera frigorifică înainte de a fi gătite.
- Verificați temperaturile frigiderele și a congelatoarelor zilnic și înregistrați valorile.

DE CE?

Mâncarea fierbinte răcită rapid pentru a preveni înmulțirea bacteriilor, care este încetinită foarte mult la o temperatură de 5°C sau mai puțin. Dacă lăsați alimente gătite și perisabile afară la temperatura camerei crește riscul de înmulțire al bacteriilor.