

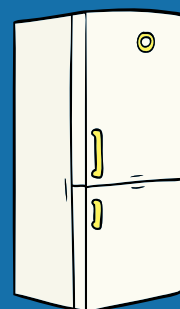
4 PORADY BY PRAWIDŁOWO PRZECHOWYWAĆ ŻYWNOSĆ

Myj żywność



Bardzo dokładnie umyj jedzenie przed spożyciem bez gotowania, np. sushi, niektóre owoce i warzywa, itp.

Jedzenie w lodówce



Nie zostawiaj produktów łatwo psujących się lub już ugotowanych w lodówce, ponieważ są one łatwiej zanieczyszczone.

Zanieczyszczenie krzyżowe



Należy unikać kontaktu gotowanych produktów z innymi, które nie zostały jeszcze ugotowane, aby uniknąć zanieczyszczenia krzyżowego.

Unikaj pasożytów



Odpowiednio ugotować żywność, taką jak mięso, ryby, jaja, aby uniknąć przedostania się pasożytów, takich jak samotnik (mięso) i anisakis (ryby).