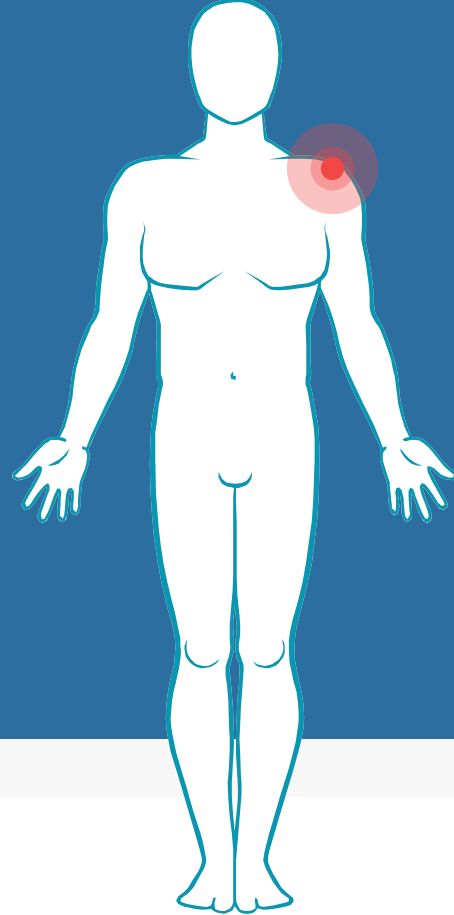


# On-Call

Zasoby cyfrowe

Jak bezpiecznie gotować i  
obchodzić się z żywnością?



# Wprowadzenie do bezpieczeństwa żywności



- ▶ 4 C bezpieczeństwa żywności. To są:
  - 1.Cooling (Chłodzenie)
  - 2.Cooking (Gotowanie)
  - 3.Cleaning (Czyszczenie)
  - 4.Cross-contamination (Zanieczyszczenie krzyżowe)

## Chłodzenie i zamrażanie

- ▶ Umieścić resztki na czystej płytce, przykryć i odstawić do lodówki w ciągu dwóch godzin.
- ▶ Do gotowanej żywności należy używać czystych naczyń i przyrządów, aby zapobiec zanieczyszczeniu krzyżowemu.
- ▶ Upewnij się, że cała żywność jest schłodzona przed schłodzeniem.
- ▶ Podzielenie jedzenia na mniejsze porcje i włożenie go do płytkiego naczynia może pomóc w szybszym schłodzeniu.



## Chłodzenie i zamrażanie

- ▶ Przed zamrożeniem należy upewnić się, że cała żywność jest schładzana przez 2 godziny, a następnie zamrażana.
- ▶ Drzwi zamrażarki powinny być zamknięte i otwarte tylko w razie potrzeby.
- ▶ Nie zamrażać żadnych produktów żywnościowych po ich "terminie przydatności do spożycia", ponieważ mogą one nie być bezpieczne do spożycia.





## Gotowanie

- Surowe mięso zawiera szkodliwe bakterie, dlatego ważne jest, aby mięso było traktowane ostrożnie i dokładnie ugotowane.
- Podczas gotowania mniejszych produktów mięsnych - takich jak samorodki z kurczaka, kiełbasy i hamburgery - podczas gotowania należy regularnie obracać, aby zapewnić dokładne ugotowanie wszystkich części.
- Upewnij się, że dokładnie umyjesz ręce, naczynia i wszystkie powierzchnie przed i po obchodzeniu się z surowym mięsem.



## Czyszczenie

- Do czyszczenia naczyń, naczyń, naczyń i powierzchni zawsze używaj ciepłej, mydlanej wody.
- Wyczyścić blat roboczy, deski do krojenia i wszystkie powierzchnie PRZED i po przygotowaniu potraw.
- Umieść deski do krojenia w zmywarce lub umyj jest bardzo gorąca woda po przygotowaniu mięsa - wyższa temperatura pomaga zabić wszystkie bakterie.
- Do mycia naczyń i ręczników do herbaty należy



## Zanieczyszczenie krzyżowe

- Należy zachować ostrożność przy wyrzucaniu opakowań na surowe mięso - E Coli i inne szkodliwe bakterie mogą przetrwać na powierzchni opakowań żywności.
- Przy zakupach należy mieć oddzielną torbę na zakupy dla całego surowego mięsa i drobiu, aby upewnić się, że nie występuje zanieczyszczenie opakowań na żywność i innych produktów spożywczych.



# Wskazówki dotyczące mycia rąk

- Dokładnie umyć ręce po obchodzeniu się z surowym mięsem i drobiem....
- Dokładnie oznacza używanie ciepłej, mydlanej wody, pocieranie rąk, aby utworzyć piany, mycie pod paznokciami, między palcami, plecami i dłońmi oraz do nadgarstków, aby upewnić się, że nie ma bakterii na rękach.





Erasmus+

This project has been funded with support from the European Commission.  
This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot  
be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



2018-1-UK01-KA204-048095