



Higijenski način pripremanja i rukovanja hranom

Kad želite otopiti hranu, stavite je na donju policu hladnjaka kako bi ostala hladna dok se otapa i ne bi onečistila drugu hranu. Možete koristiti mikrovalnu pećnicu kako biste otopili hranu, ali tu hranu treba odmah nakon toga skuhati.

Hranu treba pravilno otopiti prije kuhanja kako bi se mogla potpuno skuhati. Ako trebate kuhati hranu koja je još uvijek smrznuta, vodite brigu o tome je li se hrana skuhalo unutra i da li je postignuta temperatura od 70°C u dubini hrane.

Pakiranje i posluživanje pripremljene hrane

Hranu treba ostavljati u materijalu koji je čist, nije toksičan i dovoljno je jak za to. Držite materijal za pakiranje podalje od prostora za pripremanje hrane kako se ne bi onečistio.

Neupotrijebljene posude za odlaganje hrane okrenite prema dole kako ne bi prašina i prljavština ulazile u njih. Operite i dezinficirajte posude prije korištenja. Ne koristite više puta posude koje su za jednokratnu uporabu.

Kad poslužujete hranu sav pribor za jelo mora biti čist i neoštećen.

Želite li više saznati o tome?

Ima i drugih brošura na tu temu koje je izdao Department of Human Services (Ministarstvo društvenih usluga), među kojima su:

- *Osobna higijena ljudi koji rade s hranom*
- *Siguran način ostavljanja i izlaganja hrane*
- *Trovanje hranom i kako to spriječiti*

Iscrpniji podaci se mogu naći u priručnim uputama koji je objavio Food Safety Victoria. Možete ih dobiti u mjesnoj Općini ili od Food Safety Victoria. Odjel za zdravstvo u mjesnoj Općini vas može uputiti kakvi tečajevi postoje za osobe koje rukuju hranom.

Food Safety Victoria Hotline 1300 364 352

www.foodsafety.vic.gov.au

Food Safety Victoria je program Odjela javnog zdravstva Ministarstva društvenih usluga i odgovoran je za promicanje i praćenje sigurnog načina rada s hranom u svim viktorijskim poslovnim djelatnostima koje posluju s hranom.

Published by Food Safety Victoria, Public Health Division,
Victorian Government Department of Human Services,
April 2001.



Trovanje hranom je ozbiljan zdravstveni problem. Kao osoba koja radi s hranom - bez obzira radite li kao pomoćno osoblje u kuhinji, kao radnik u proizvodnji hrane, prodavač ili pravite sendviče - na vama leži važna obveza da radite s hranom na siguran način.

Ostavljajući, izlažući i rukujući hranom na siguran način, vi:

- štite druge ljude da ne obole
- štite svoj posao
- štite svoju reputaciju u prehrambenoj industriji
- štite svoju poslovnu djelatnost.

Unakrsno zagađenje hrane

Sirova hrana sadrži bakterije, među kojima su i bakterije koje izazivaju trovanje hranom. Ako se sirova hrana dobro skuha, do preko 60°C, većina bakterija ugiba.

Ako hrana koja je skuhana ili spremna za jelo dođe u dodir s nekuhanom hranom, bakterije mogu preći na kuhanu hranu. To se naziva unakrsno zagađivanje.

Iz tog razloga jako je važno držati sirovu hranu odvojeno od kuhane hrane i hrane koja je spremna za jelo.

Jedan slučaj trovanja hranom može zatvoriti vrata vašoj poslovnoj djelatnosti

Pripremanje hrane

Kad pripremate sirovu i kuhanu hranu ili hranu spremnu za jelo, ne smijete koristiti iste noževe, daske za rezanje ili drugu opremu za jednu i drugu vrstu hrane. Ako nije moguće koristiti različitu opremu, morate dobro oprati opremu u toploj sapunjavoj vodi.

Dopro operite svako voće i povrće u čistoj vodi kako biste uklonili nečistoću, bakterije, insekte i kemikalije.

Rukovanje hranom

Svatko ima bakterije na tijelu. Čak i zdravi ljudi mogu prenijeti bakterije na hranu dodirujući je rukama. Ako morate doticati hranu, najprije dobro operite ruke.

Sirova hrana koju treba skuhati može se slobodno dirati golim rukama. Ali za kuhanu hranu i hranu spremnu za jelo koristite štipaljke, žlicu ili lopaticu, ili nosite na rukama čiste rukavice za jednokratnu uporabu.

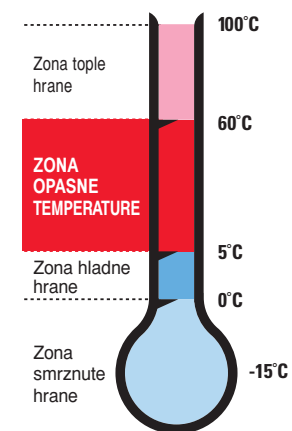
Rukavice

Ako koristite rukavice, mijenjajte ih najmanje svaki sat. Koristite samo čiste rukavice za jednokratnu uporabu.

Mijenjajte rukavice:

- ako se zaprljaju
- ako se poderu
- kad prelazite s sirove hrane na hranu spremnu za jelo
- kad mijenjate posao

Uvijek uzmite čiste rukavice. Uvijek operite ruke prije nego li stavite rukavice.



Kuhanje i podgrijavanje hrane

Bakterije se brzo razmnožavaju kad je temperatura između 5°C i 60°C. To se zove zona opasne temperature.

Jako je važno da ne držite hranu u zoni opasne temperature duže nego što je neophodno. Vodite računa da sva hrana, a osobito meso, perad, jaja i mliječni proizvodi budu skuhani, kad hrana u sredini postigne temperaturu od 70°C. To će ubiti većinu bakterija.

Hlađenje hrane

Hrana koja je tek izvađena iz pećnice ne bi se smjela ostaviti vani duže od sat vremena. Kad se ohladi, hranu treba staviti u hladnjak.

Veliki komadi će se brže ohladiti ako ih stavite na plitku tacnu (ne dublju od 10 cm) ili ako ih izrežete na manje komade.

Smrzavanje i otapanje hrane

Ne smijete nikada ponovno smrzavati otopljenu hranu. Kad se smrznuta hrana otapa, bakterije u toj hrani se počinju množiti. Ako se hrana ponovno smrzne, bakterije neće uginuti i još uvijek će biti tamo kad se ta hrana ponovno otopi.