

Νικήστε τα μικρόβια της ψησταριάς

Συντάχθηκε απο τον/την Foodbites



Το Πάσχα συνηθίζεται να σουβλίζουμε αρνί και κοκορέτσι ή να ψήνουμε κρεατικά σε ψησταριές. Μικρόβια όπως η σαλμονέλα, κολοβακτηρίδια, κλπ μπορούν να προκαλέσουν σοβαρές ασθένειες. Μπορούμε όμως να τα καταπολεμήσουμε ακολουθώντας μερικές πρακτικές συμβουλές.

Καλοψημένο φαγητό

- Βεβαιωθείτε ότι το φαγητό είναι καλοψημένο
- Αποψύξτε καλά τα κατεψυγμένα κρέατα πριν τα ψήσετε.
- Γυρίζετε το τρόφιμο συχνά για να ψηθεί ομοιόμορφα.
- Βεβαιωθείτε ότι το κρέας έχει ψηθεί στο εσωτερικό του.

Καμένο δε σημαίνει καλοψημένο!!!!

Ακόμη και αν το κρέας είναι καμένο εξωτερικά, μπορεί να μην είναι καλά ψημένο από μέσα. Για αυτό ψήνετέ το ομοιόμορφα σε σταθερή θερμοκρασία.

Προσοχή στο ωμό κρέας!!!

- Μην αφήνετε ωμό κρέας να ακουμπά ή να στάζει σε άλλα τρόφιμα.
- Χρησιμοποιείτε διαφορετικά εργαλεία (μαχαιρία, επιφάνειες κοπής) για ωμά κρέατα και ψημένα τρόφιμα.
- Μην τοποθετείτε ψημένο φαγητό στο ίδιο πιάτο που είχατε χρησιμοποιήσει για το ωμό κρέας (εκτός αν το πλύνετε πρώτα πολύ καλά).
- Πλύντε σχολαστικά τα χέρια σας μετά το χειρισμό ωμών κρεάτων.
- Μην προσθέτετε σάλτσα ή μαρινάδα σε ψημένο κρέας την οποία έχετε πρώτα χρησιμοποιήσει σε ωμό.

Διατηρήστε με ασφάλεια τα μαγειρεμένα τρόφιμα

Διατηρείτε το φαγητό κρύο όταν ο καιρός είναι ζεστός. Μετά το ψήσιμο θα πρέπει να το καταναλώσετε όσο το δυνατόν γρηγορότερα. Σε άλλη περίπτωση φυλάξτε το στο ψυγείο και πριν το καταναλώσετε να το ξαναζεστάνετε έτσι ώστε στο κέντρο του να έχει θερμοκρασία μεγαλύτερη των 60°C.