

Ασφάλεια Τροφίμων για περιοχές που επηρεάζονται από το κύμα καύσωνα

Η διατήρηση της ασφάλειας των τροφίμων είναι πάντα σημαντική, ειδικά σε ζεστό καιρό. Τα βακτήρια αναπτύσσονται πολύ πιο γρήγορα στα τρόφιμα όταν οι συνθήκες είναι ζεστές, αυξάνοντας τον κίνδυνο τροφικής δηλητηρίασης.

Ακολουθήστε αυτές τις συμβουλές για να διατηρήσετε το φαγητό σας ασφαλές:

- Βεβαιωθείτε ότι το ψυγείο σας είναι καθαρό, τακτοποιημένο και ρυθμισμένο στους 4 °C ή χαμηλότερα.
- Ετοιμάστε το φαγητό κοντά στην ώρα που πρόκειται να σερβιριστεί.
- Ξεπαγώστε τα τρόφιμα στο ψυγείο ή στο φούρνο μικροκυμάτων, όχι στον πάγκο της κουζίνας.
- Μην αφήνετε ποτέ φαγητό σε ζεστό αυτοκίνητο.
- Πάρτε μονωμένες σακούλες ψύξης στα καταστήματα για να μεταφέρετε κρύα και κατεψυγμένα τρόφιμα στο σπίτι.
- Συσκευάστε αμέσως τα παγωμένα και κατεψυγμένα τρόφιμα στο ψυγείο και στην κατάψυξη όταν επιστρέψετε στο σπίτι.
- Μην αφήνετε τα φρεσκομαγειρεμένα τρόφιμα εκτός ψυγείου για πολύ ώρα (ποτέ περισσότερο από 2 ώρες εκτός ψυγείου).
- Κρατήστε το υπόλοιπο φαγητό (leftovers) στο ψυγείο και φάτε το μέσα σε 2-3 ημέρες.

Βήματα που πρέπει να ακολουθήσετε σε περίπτωση διακοπής ρεύματος:

- Κρατήστε τις πόρτες του ψυγείου και του καταψύκτη κλειστές όσο το δυνατόν περισσότερο. Ένα ψυγείο διατηρεί τα τρόφιμα κρύα για περίπου 4 ώρες εάν η πόρτα είναι κλειστή. Ένας γεμάτος καταψύκτης θα διατηρήσει τη θερμοκρασία του για περίπου 48 ώρες (24 ώρες αν είναι μισογεμάτος).
- Τοποθετήστε το κρέας και τα πουλερικά στη μία πλευρά του καταψύκτη ή του ψυγείου για να αποτρέψετε τη διασταυρούμενη μόλυνση των χυμών απόψυξης.

Βήματα που πρέπει να ακολουθήσετε μετά από διακοπή ρεύματος:

- Ελέγξτε τη θερμοκρασία στο εσωτερικό του ψυγείου και του καταψύκτη σας. Απορρίψτε οποιαδήποτε ευπαθή τροφή (όπως κρέας, πουλερικά, θαλασσινά, αυγά ή υπολείμματα) σε θερμοκρασία μεγαλύτερη των 8 °C για δύο ώρες ή περισσότερο.
- Πετάξτε οποιοδήποτε φαγητό έχει ασυνήθιστη οσμή, χρώμα ή υφή ή αισθάνεστε ζεστό στην αφή.
- Ελέγξτε τα κατεψυγμένα τρόφιμα για παγοκρυστάλλους. Τρόφιμα που έχουν αποψυχθεί μερικώς ή πλήρως στην κατάψυξη σας μπορεί να επανακαταψυχθούν με ασφάλεια, εάν περιέχουν ακόμη κρυστάλλους πάγου ή είναι 4 °C ή χαμηλότερα.

Μην δοκιμάζετε ποτέ ένα φαγητό για να αποφασίσετε αν είναι ασφαλές.

Σε περίπτωση αμφιβολίας, πετάξτε το.