

۱- آماده سازی مواد غذایی



مواد غذایی آماده سازی شده به دلیل خرد شدن و قطعه قطعه شدن بیشتر در معرض هوا و آلاینده ها بوده و بنابراین لازم است مراقبت بیشتری از آنها به عمل آید.

وسایل و ابزار آلات آماده سازی بیشترین نقش را در انتقال آلودگی ها دارند. نظافت و ضدعفونی مداوم و با برنامه آنها، بسیار لازم و ضروری است.

درجه سردی محل آماده سازی، نظافت محیط و اصول بهداشت فردی و محیطی محل آماده سازی نیز به دلیل مذکور از اهمیت دو چندان برخوردار است.

از دیگر نکات بسیار مهم در واحدهای آماده سازی، خارج نمودن سریع ضایعات و زباله ناشی از فرآیند آماده سازی است. قطعات غیر قابل استفاده و ضایعات ایجاد شده محیط های بسیار مناسبی برای رشد میکروبها هستند و بنابراین لازم است سریعاً از محل آماده سازی خارج شوند.

آماده سازی گوشت، مرغ و ماهی در یک محل و در یک زمان میتواند آلودگی های احتمالی آنها را به یکدیگر انتقال دهد.

در آماده سازی سبزیجات، خصوصاً سبزیجات تازه، لازم است تمامی مواد در چند مرحله شستشو و ضدعفونی شوند و به ظاهر تمیز و بسته بندی شکل آنها اکتفا نشود.

وجود باقی مانده سموم دفع آفات، مخاطره های جدی برای سبزیجات است که خطر آن کمتر از تخم انگل نیست و بنابراین شستشوی چند مرحله ای و ضدعفونی آنها با مواد، میتواند مخاطرات ناشی از آنها را کاهش دهد.

۲- خارج نمودن مواد از انجماد

یکی دیگر از مراحل که ممکن است مواد غذایی را با مخاطره مواجه سازد مرحله دیفراسست یا انجماد زدایی است. این مرحله حساس اگر با دقت و حوصله و با اصول علمی انجام نشود میتواند علاوه بر افزایش میکروبهای موجود در غذا، باعث از بین رفتن مواد مغذی و ارزش غذایی یک محصول گردد.

انجماد زدایی اصولاً باید بتدریج و بدون استفاده از آب و در فضای سردخانه (بالای صفر) صورت گیرد. فرآیند انجماد زدایی اگر به روش مذکور انجام نشود میتواند باعث فساد مواد غذایی شده در صورت استفاده از آب (خصوصاً آبگرم) آلودگی یک قسمت از مواد غذایی و یک قطعه را به تمام قطعات و مواد منتقل نماید. هرگز مواد غذایی را در دمای اتاق از انجماد خارج نکنید و بهتر است ماده غذایی برای رفع انجماد در یخچال ۴ درجه سانتی گراد قرار گیرد و یا از سالن های مخصوص انجماد زدایی استفاده گردد.



۳- شرایط نگهداری چند نمونه مواد غذایی

نگهداری نان:

نانی که از تنور بیرون می آید استریل است. ولی بعد از سرد شدن به اسپور کپک های موجود در محیط آلوده می شود و اگر در نگهداری آن دقت نشود به سرعت کپک خواهد زد.

نان بعد از خروج از تنور باید رطوبت گیری و سرد و برای حفظ بافت آن هرگز نباید به تعداد زیاد روی هم چیده شود. برای سرد کردن می توان از جریان هوا استفاده کرد. در منزل و یا شرایطی که بخواهیم مقدار زیاد نان را برای مدت چند ماه نگهداری کنیم باید از روش خشک کردن و یا انجماد استفاده کرد. هر نان روش خاصی دارد. مثلاً نان بربری با انجماد می توان کیفیت آنرا حفظ کرد و تازگی را برای چند ماه نگه داشت. در درجه یخچال معمولی (۱۰-۰) فقط از کپک زدن نان به مدت چند روز جلوگیری میکند ولی یخچال کمک به بیات شدن نان را افزایش می دهد.



نگهداری گوشت تازه:

دمای مناسب ۲-۰ درجه سانتی گراد برای مدت یک هفته می توان نگهداری کرد برای آویز کردن لاشه گوشت تازه



معاونت غذا و دارو ایلام

مدیریت نظارت بر مواد غذایی، آشامیدنی،
آرایشی و بهداشتی ایلام

نگهداری و آماده سازی مواد غذایی



نگهداری مرغ منجمد:

مرغ منجمد در صورت نداشتن پوشش در حدود ۱۰ ماه و
در صورت داشتن پوشش پلاستیکی تا یکسال قابلیت
نگهداری در ۱۸- درجه را دارد.

نگهداری تخم مرغ :

تخم مرغ از مواد غذایی با ارزش است و به همین دلیل در
گروه غذایی گوشت قرار می گیرد. بهترین درجه حرارت
نگهداری صفر می باشد.

برای نگهداری تخم مرغ باید موارد زیر رعایت شود :

سطح تخم مرغ ها نباید کثیف باشد. چون نگهداری آن
مشکل خواهد بود و نیز باعث آلودگی محیط سردخانه خواهد
شد.

شانه ها و کارتن های تخم مرغ باید تمیز باشند.

تخم مرغ ها نباید شکسته باشد. زیرا فساد میکروبی و
شیمیایی آن سرعت پیدا میکند

در صورت امکان پس از مدت دو ماه نگهداری ، کارتن های
تخم مرغ باید سرو ته کرد . به تجربه ثابت شده است که این
عمل باعث افزایش مدت ماندگاری تخم مرغ می شود

به دلیل جذب بو بوسیله تخم مرغ باید آنرا از مواد غذایی
دیگر جدا نگه داشت.



باید آنرا از چنگک آویزان و بین لاشه حدود ۲۰ سانتیمتر
فاصله باشد.

نگهداری گوشت مرغ:

گوشت مرغ بافت نرمتری نسبت به گوشت قرمز دارد و
رعایت نکات بهداشتی در هنگام تخلیه احشاء و امعاء و
شستن لاشه ، حمل و نقل و محیط نگهداری الزامی است
مرغ را در دمای ۰-۲ درجه ۵-۷ روز می توان نگهداری نمود.

نگهداری ماهی :

گوشت ماهی بافت نرمتری نسبت به مرغ دارد . بنابراین
نگهداری آن نسبت به سایر گوشت ها مشکل تر است. رعایت
نکات بهداشتی در زمان صید ، پس از صید (حمل و نقل و
نگهداری) ضروری است. ماهی تازه حداکثر تا دو روز قابل
نگهداری است. در صفر درجه سانتی گراد ۲ الی ۴ روز
میتوان نگهداری کرد. بعلت اینکه سریع الفساد می باشد
بهترین روش نگهداری انجماد می باشد.

نگهداری گوشت منجمد:

گوشت منجمد متناسب با مدت زمان نگهداری درجه
حرارت مختلفی نگهداری می کنند . در دمای ۱۸- تا ۲۰-
درجه برای نگهداری یک الی ۱/۵ سال و دمای ۱۲- درجه
برای مدت ۵ ماه استفاده می شود . هرگز دمای سردخانه
حتی برای مدت یک ماه نباید از ۱۲- درجه سانتی گراد
بالتر بیاید زیرا اولاً احتمال رشد کپک ها وجود دارد. ثانیاً
بر اثر رشد کریستالهای یخ آسیب وارده به بافت گوشت
بیشتر می شود و در زمان رفع انجماد چکه کردن خونابه
گوشت بیشتر می شود.