

ایمنی غذا باورها و حقایق



آیا صرفاً با توجه به بو یا ظاهر یک ماده غذایی می‌توان سالم بودن آن را تشخیص داد؟

خیر.

اکثر میکروب‌های بیماری‌زا که می‌توانند باعث بیماری شوند، ظاهر یا بوی غذا را تغییر نمی‌دهند.

آیا باید غذای باقی‌مانده را در یخچال نگه داریم؟

بله.

اگر غذا بیش از دو ساعت در دمای اتاق قرار گیرد، خطر آلودگی آن وجود خواهد داشت.



اگر غذایی که روی زمین افتاده را ظرف ۵ ثانیه برداریم، برای خوردن مناسب هست؟

خیر.

میکروب‌های بیماری‌زا فوراً به غذا منتقل می‌شوند و در برخی موارد می‌توانند باعث بیماری شوند.

آیا دستمال‌ها و اسفنج‌های ظرفشویی می‌توانند ناقل باکتری‌های خطرناک باشند؟

بله.

دستمال‌ها و اسفنج‌ها می‌توانند باکتری‌های خطرناک را حمل و پخش کنند. آن‌ها را در محلول ضدعفونی‌کننده شستشو دهید یا در آب جوش بجوشانید.



آیا باید گوشت مرغ خام را قبل از پختن بشویم؟

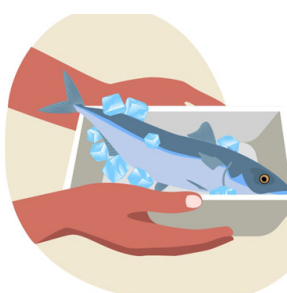
خیر.

شستن مرغ می‌تواند میکروب‌های مضر را روی دست‌ها، سطوح، ظروف یا سایر غذاها پخش کند.

آیا ممکن است از غذایی که ۳ روز پیش خورده‌ام مریض شوم؟

بله.

برخی میکروب‌های بیماری‌زا خطرناک‌تر از چند ساعت طول می‌کشد تا شما را بیمار کنند.



آیا ذوب کردن غذای منجمد در دمای اتاق، کار ایمن و درستی است؟

خیر.

مواد غذایی منجمد باید در یخچال یا آب سرد یخ‌زدایی شوند. این روش از رشد میکروب‌های بیماری‌زا جلوگیری می‌کند.

آیا میوه‌ها و سبزیجات ارگانیک نیاز به شستشو دارند؟

بله.

تمام محصولات، از جمله ارگانیک، باید با آب تمیز شسته شوند تا آلودگی‌های فیزیکی برداشته شده و خطر میکروب‌های بیماری‌زا یا مواد شیمیایی مضر کاهش یابد.

