



הקיץ החום והאוכל שלנו .

מחקרים הראו כי בין הגורמים החשובים למניעת העברת מחלות ממזון או על ידי מזון משחקת הטמפרטורה תפקיד חשוב ביותר .

בישול נכון / צלייה נכונה של המוצרים יביאו להפחתה משמעותית של כמות החיידקים במזון ועל ידי כך יפחיתו את הסכנה לבריאות הסועדים .

אבל ! לא פחות חשוב מכך הינה השמירה על שרשרת הקירור כלומר הקפדה עקבית על שמירת טמפרטורת המזון באופן שלא תעלה על פלוס 4 מעלות . בצורה הזאת גם אם המזון מזוהם בכמות מזערית של חיידקים הסיכוי שאלו יתרבו ויוכלו לסכן אותנו פוחת באופן משמעותי ואכן מחקרים הוכיחו כי הרעלות מזון רבות אירעו עקב אי שמירה על שרשרת הקירור .

מה זה אומר לגבינו :

כאשר אנו מבליים בחוץ , בחוף הים או בבריכה ורוצים לחזור הביתה בשלום אנחנו צריכים לבצע מעין ביקורת של מצב המזון אותו אנו קונים לצריכה עצמית וזאת על ידי מספר שאלות :

1. האם מי שמכין את המזון לבוש בבגדים נקיים ושמר על היגיינה אישית .
2. האם המזון מאוכסן במקרר / מקפיא סגור עם מד טמפרטורה שמאפשר למטפלים בו לעקוב אחרי מצבו .
3. האם בישול / טיגון / צליית המזון מתבצעת במקום מוגן במכשירים מתאימים .
4. האם המזון מוחזק בקירור באופן מוסדר ומוגן או שמונח לעיני כול על הדלפק .

אפילו הסנדוויץ' הפשוט חייב להיות עטוף בניילון נצמד ולהיות מוחזק במקום מקורר ומוגן מקרינת השמש . ככול שתוכן הסנדוויץ' רגיש יותר כן רבה גם הסכנה .

ניתן לדרג :

סנדוויץ' טונה

סנדוויץ' נקניק / גבינה

סנדוויץ' ביצה מטוגנת

סנדוויץ' ביצה קשה .

וכאשר אוכלים בחוץ : לא אוכלים ביצים רכות או "ביצה עיין" בשל סכנת הסלמונלה . על אחת כמה וכמה כאשר ביצים אלו מוחזקות במשך זמן רב מחוץ לכלי החימום. וכדאי גם לנסות ולראות האם הביצים מוחזקות בקירור או סתם בחוץ .

אמנם אנחנו לא יכולים להיכנס למטבח של המזנון בחוף בבריכה אבל אנחנו כן יכולים לראות מי נכנס לשם :

האם המקום פתוח לכול עבר וכול אחד בבגד ים או בגדי רחוב או כול בגד אחר יכול לטייל במטבח ולעשות לעצמו משהו או לדחוף יד לא נקייה למקרר או כלי אוכל .

האם העובדים במזון לבושים כמו שצריך להיות לבושים במסעדה או כפי שמתלבשים בים . האם יש מקררים ומקפיאים מהם מוציאים את האוכל .

העובדים במזון האם הם לובשים כפפות או רוחצים את הידיים .

ואם כבר רוחצים ידיים האם מנקים אותן אח"כ במגבת חד-פעמית או ב"סמרטוט" שכבר איבד צבע וצורה .

בנוסף כדאי להציץ בשירותים שבהם משתמשים כולם אם השירותים לא נקיים , אם אין מים חמים וקרים , סבון נוזלי , מגבות נייר ופחי אשפה סגורים עם שקיות ניילון הולמות קשה להאמין שהמטבח יהיה נקי יותר .

ובשורה התחתונה :



אם אנחנו לא בטוחים – לא אוכלים .
אם חזרנו הביתה בקבלנו שלשול זה לא בהכרח בגלל החום והשמש אלא לעיתים קרובות בגלל האוכל .

אז על מנת שחווית הקיץ תישאר טובה ובריאה חשוב לשים לב לדבר החשוב ביותר בחיים :

האוכל שאנחנו אוכלים