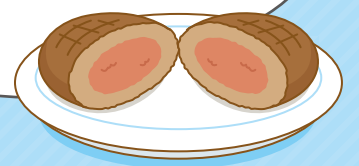


あんあんニュース



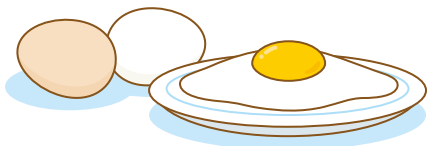
食中毒を防ぐために「加熱不足」に気をつけよう!



卵

賞味期限が切れたものは必ず加熱

卵の賞味期限とは冷蔵庫で保存した場合に、生食できる期限のこと。



できるだけ期限内で消費を

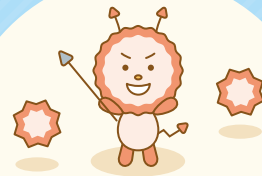
注意 ・サルモネラ菌 など

食中毒の病原体もやっつける! 加熱のポイント

病原体のほとんどは熱により死滅します。



細菌
中心温度75℃
1分以上



ウイルス
中心温度85~90℃
90秒以上

温度・時間

特に
夏は細菌性、
冬はウイルス性の
食中毒に注意!

中までしっかり火を通すことが大事なんだね!



食中毒に感染しても下痢や腹痛が起こるとは限りません!

感染していても症状が現れない「不顕性感染」の場合もあります。知らないうちに細菌やウイルスを周囲に広げないためにも、こまめに手を洗う、調理の際は十分に加熱するなどしっかり予防しましょう。

煮込み料理

温め直す際は全体を加熱

弱火でゆっくり8の字を書くようにかき混ぜる。



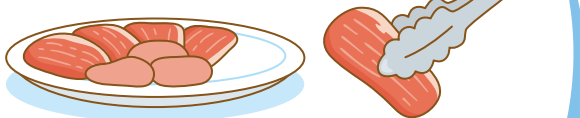
保存する場合
浅い容器などへ小分けにし、素早く冷まして冷蔵庫へ。

注意 ・ウェルシュ菌 など

肉

加熱の目安は中心部の色が変わるまで

生肉を扱う際は、専用の箸やトングを使用し、生肉に触れた箸などで食事をしない。



注意 ・腸管出血性大腸菌(O157)
・カンピロバクター

※野生鳥獣の肉(ジビエ)にはE型肝炎ウイルスや寄生虫などが付着している場合があります。鮮度に関わらずよく加熱してください。

電子レンジ

全体に熱がいきわたるよう食品を平らに

電子レンジの取扱説明書をよく読み、食品に表示されている内容に従って加熱する。

フタやラップをすると熱が逃げにくい



食品によっては時々かき混ぜる

