

# 7 טעויות בהכנה מזון במטבח - שימושונות לבריאות

אפשרים בשאר על השיש? אסן. רוחצים ביצים לפני שימושם למקרר? בעיה. משאירים מזון בתוך קופסאות שימורים? סיכון להרעלת המנדשת מזון על הטעויות במטבח שלולות להזיק לבריאות שלנו.

Recommend 44

נשל קוטלר | פורסם: 31.03.15, 10:17

ربים מאטנו מקדשים תשומת לב רבה לסוגי המזונות אותם אנו צריכים, חלק מההקפדה על תפירט מזון ובריא. יחד עם זאת,ربים חוטאים לחוש שבטיחות מזון היא לא הרבה מעבר לניקון המטבח.

לפי נתוני ארגון הבריאות העולמי, מדי שנה מתים ברחבי העולם כ-2 מיליון בני אדם מהרעלות מזון או מים. אותן הרעלות עלולות לגרום ליותר מ-200 סוגים שונים של מחלות. אך מהן השגיאות הנפוצות ביותר במטבח הביתי - ואיך לתקן?

עוד כתבות  
[לא תאמינו איפה מסתתרים חיידקים במטבח שלכם](#)  
[לא להאמין: איך מגעים חיידקים צואתיים למטבח](#)  
[חיידקים בבית: דירוג 30 המקומות הכי מזוהמים](#)

## 1. ממתינים שהאוכל יתקרר לפני הכנסה למקרר

השיקול של מרביתנו הוא שהסיר החם יפגע בתפקוד המקרר או יחמס את המוצרים שלו. עם זאת, טמפרטורת החדר היא הטמפרטורה המיטבית לתהבות חיידקים בכל המזונות המבושלים והטריים.

כשהאוכל רותח חיידקים לא יכולים להתפתח, וכך אשר הוא מקור ל-4 מעолов במרקם התפתחות החידקים אטיית. לכן, מומלץ להכין תבשילים חמימים ישירות למקרר, כמו גם את כל מוצרי המזון הטריים.

במרקם עצמו מומלץ להרחיק מזון חמם ממוצרים רגיסים במיוחד כמו מוצרי חלב. המקרר עצמו לא יפגע מהכנת מזון חמם, החישנים מזהים את עליית הטמפרטורה ונוננים הוראה למניע לעבוד במאז גдол יותר ולצרוך יותר חשמל, אך לא נגרם נזק למערכת הקירור (מה ששאל אfine מקרים מיושנים של פעם).

## 2. מסדרים את הביצים בתבנית הייעודית להם במרקם

נכון, ככלו במרקם יש מדף יודי לסידור ביצים – אבל זהו למעשה מתקן מיותר, שאפשר להוציאו ובמקומו להרינה את הקרטון המקורי עם הביצים.

זאת, מושם שהאריזה מגינה על הביצים מפני אובדן נזלים דרך נקבות זעירות בקליפתן או מספיקת ריחות זרים. כמו כן, ביצים לעיתים הן מלוכלות – גם אם הכלול אין נראה לעין – ולא כדאי שייבאו בmagic עם פרטי מזון אחרים במרקם.



האריזה מגינה על הביצים מפניה דליפה (צלום: ירון ברנע)

## 3. רוחצים ביצים טרם הכנסתם למקרר

הקליפה של הביצה נשמרת ובעת השטיפה, תוכלת הביצה עלולה להזדקם. יחד עם זאת, לפני שבירת הביצים לצורך הכנה מזון, אפשר, אם כי לא נדרש, לרוחץ אותן במים זורמים ולנגב בניר לפני הכנה.

לאחר שבירת הביצים ולפני המשך הבישול יש לשטוף ידים עם סבון, כמו כן, אין להשתמש בכליל ערבול או טריפת הביצה גם בתבשיל, שכן הוא נשא חיידקים – למשל, המזלג לטריפת הביצה לפני הכנה חביתה אינה יכולה לאכילת החביתה.

## 4. מפשירים בשאר ודגים על השיש או על אדן החילון

כדי לתכנן מראש בישול בשר, כדי להתחיל את תהליך ההפרשה מספיק זמן מראש. הפשרה בטוחה של בשר צריכה להתבצע כדי למנוע התפתחות מהירה של חיידקים על פני המוצר בזמן שהוא בתוך קפוא ורך לפני הבישול להוציאו מחוץ למרקם.

הפשרה מחוץ למרקם או במים עלולה לגרום לתפתחות חיידקים מהירה וגם לדיחום של אזור העבודה במטבח כירור, משטח עבודה וכו'.

בעת ההפרשה, רצוי להניח את נתח הבשר מחוץ לאוֹרִיזְטוּן המקורית ועל רשות המונחת בתוך כל, שתהאפשר טפטוף נזולים, כך שהבשר לא יתבoso במיין של עצמו, מושם שלמעשה מדובר בדם שקצב התרבות החידקים בו מהיר יותר. יש לכוסות את הכליל בניילון ניצמד, כדי למנוע מגע של הבשר עם מזונות אחרים.

## 5. לא מקפידים על הפרדה מלאה וכליים נפרדים לטיפול בבשר ודגים ובמזון טרי וUMBOSL

חשוב להפריד בשר ודגים נאים ממזונות אחרים, יבשים וUMBOSL כאחד. בשר ודגים נאים עלולים להכיל חיידקים שונים שמתים בUMBOSL בלבד וכן חשוב ליצור חץ באמצעות קופסאות סגורות בעת אחסון במרקם, ושימוש בכלים שונים לטיפול בשר נא וUMBOSL, כולל משטח חיתוך ועבודה.

ברמת המטבח הביתי מומלץ לייחד לפחות קרש חיתוך לעובדה עם מזון נא מפניהם שקרש חיתוך צובר חריצים שלעיתים נתקשה לנוקותם באופן אפקטיבי.

## 6. מותרים על שטיפת פירות וירקות שמתכניםם לקלף

רובנו מקפידים על שטיפת פירות וירקות, אולם יש לעשות זאת גם לפני קילופם, כדי למנוע כניסה לכלי לתבשיל או לסלט תוך כדי הקילוף. השטיפה צריכה להתבצע מיד לפני האכילה, ביסודות ובמיים זורמים.

שימוש בסבון כלים לחיטוי אינו מתאים להיות לא ייעודו, ניתן להשתמש בנזולים "יעודים" לשטיפת פירות וירקות. אם בכלל זאת רצים לחטא באמצעות זמינים אז ניתן להשתמש בחומץ ביתית ולשטוף היטב או במיל סגור.

## 7. משאירים מזון משומר בתוך קופסאות השימורים,

לאחר הפתיחה

אמנם ייומם שציפוי בתוך קופסאות השימורים המגן מסכנה של ריאקציה כימית בין המנתכת למזון בעת החשיפה לאוויר. יחד עם זאת, במרקם של שריטה או מכיה בקופסת השימורים המקורי – בכל זאת עדיף להוציא את המזון ולשמור במרקם בקופסה או במיל סגור.

+ הכותבת היא טכנולוגית מזון  
ומהנדסת אבטחת איכות  
Be-Site-On Sodexo, המפעלת  
שירותי הסעדת לארגוני