

חיצה לחושבין בנושא אחסנת אכון ואתייה

תושבים יקרים,

להלן מס' המלצות חמות וקרות (: לאחסנה תקינה ובטוחה של מוצרי מזון ושתיה.

כדי להבטיח שמוצרי מזון כגון: בשר, דגים, עוף, ביצים, חלב, פירות וירקות וכן מוצרים ארוזים אחרים ושתיה, אכן בטוחים וראויים לאכילה, חשוב לוודא מה מקורם ולהקפיד על הובלה ואחסנה נכונים, זאת מעבר לבדיקת תאריך התפוגה ובדיקת המוצר (מראה צבע ריח). לכל מוצר יש את טווח הטמפ' הבטוח להובלתו ואחסנתו. טמפ' מתאימה אינה מאפשרת התרבות חיידקים מזיקים במוצר ונקלקולו ומונעת שחרור חומרים רעילים מהמזון עצמו ומאריזתו.

לגבי בשר עופות ודגים קפואים פורט בעבר - חשוב לקנות במצב קפוא לגמרי, ללא הצטברות קרח, שינויי צבע או ריח. דגים הינם מוצר רגיש ביותר, מפשירים ומתקלקלים מהר יותר מבקר או עוף ולכן מומלץ מאוד להיזהר בזה ולרכוש רק ישירות ממקפיא תקין במרכז ולהעביר כמה שיותר מהר למקפיא בבית.

בשר בקר ובשר עוף טרי - יש להחזיק בטמפ' של עד 4 מעלות ולהשתמש ע"פ תאריך התפוגה. אין להקפיא בסיום תאריך התפוגה.

דגים טריים - דגים כאמור הינם מוצר רגיש, דגים טריים יש להחזיק בטמפ' של עד 2 מעלות ולהשתמש כמה שיותר קרוב למועד הקנייה. יש המגדילים לעשות ומביאים עימם ציודנית עם קרחון להעברת הדגים מהאטליז הביתה.

מוצרי חלב - לשמור בקירור של עד 5 מעלות. בטמפ' גבוהה יכולים להתפתח חיידקים מזיקים שאולי היו בכמות קטנה במוצר ולא התגלו בתהליך הייצור. מאחר ומוצרי החלב מוכנים לצריכה מיידית לרוב ללא טיפול טרמי חשוב להקפיד על כך.

שימורים - נהוג לחשוב ששימורים הם מזון מוגן ובטוח. נכון הדבר ששימורים לא צריכים קירור במקרר ועוברים בתהליך הייצור עיקור בטמפ' גבוהות שמשמידות חיידקים, אך למרות זאת חשוב לשמור את השימורים בטמפ' של עד 25 מעלות מאחר ובטמפ' גבוהות יותר במידה והייתה תקלה לדוגמה בטיפול בדגים לאחר הדיג ובתהליך הייצור יכולים להשתחרר או להיווצר רעלים מסוכנים כגון היסטמין הגורר תגובה אלרגית חריפה שיכולה לסכן חיים (הרעלת טונה) ובוטוליזם הגורם לשיתוק רפה המסכן חיים (נדיר).

שתיה ומוצרי מזון הארוזים באריזות פלסטיק - חשוב לרכוש ולאחסן בקבוקי שתייה (מים ואחרים) וכן מזונות באריזות פלסטיק בטמפ' של עד 25 מעלות. בקבוקים (ומזונות באריזת פלסטיק) שמוחזקים בחום לאורך זמן לדוג' במרפסת או מחוץ למרכול בקיץ משחררים חומרים מאוד לא בריאים כמו ביספנול A שמחקרים הראו שברכיזים גבוהים יכול להעלות את הסיכון לשיבושים הורמונליים ואף לטרסן חוח.

פירות וירקות אין חובה להחזיק בקירור, כמובן לא כדאי להחזיק בשמש קופחת או בחום קיצוני מה שיגרור איבוד טריות ונקלקול מהיר יותר.

ולקראת ראש השנה שיבוא עלינו בעז"ה לטובה - יין ודבש - יין יש לאחסן בטמפ' של 16-20 מעלות אחרת יאבד מאיכותו. דבש יש לאחסן במקום קריר יבש ואפל כמו מזווה (שיאנו קרוב לתנור או מקור חום אחר), ע"מ שישמור על איכותו וערכיו התזונתיים.

בברכת בריאות שלמה וכתבה וחתמה טובה לשנה טובה ומתוקה!

דר' עליזה לשקוביץ
וטרינרית עירונית
מוזיעין עילית