

BIZTONSÁGOS FALATOK

TEMATIKUS FELADATLAP

- Egészítsd ki a mondatokat a megfelelő szavakkal!

MAGHŐMÉRŐ	HŰTŐHŐMÉRŐ	2 ÓRÁN BELÜL	HŰTŐSZEKRÉNY
FAGYASZTOTT	20 MÁSODPERC	MOSD MEG	ELKÜLÖNÍTVE

A nyers húst kell tárolni a készételektől.

Az ételmaradékot -ben kell tárolni.

Az alapos kézmosás legalább -ig tart.

Ételkészítés előtt, közben és után is alaposan a kezed.

Mindig használdj -t, ha húst sütsz

A élelmiszert a hűtőszekrényben olvaszd fel, ne a konyhapulton.

A hűtőszekrény hőmérsékletét 0-5°C közé kell beállítani, amelyet -vel ellenőrizhetsz.

A maradékot hűtőszekrénybe kell tenni, de nagy melegben ez az idő egy órára rövidül.

- Írd be az alábbi számokat a megfelelő helyre! Lehetséges, hogy egy állítás mindkettő lejáratú időre igaz.

1. A LEJÁRATOT KÖVETŐEN IS ADHATUNK NEKI ESÉLYT (GYAKRAN MÉG HÓNAPOKIG).

3. EZEKET AZ ÉLELMISZEREKET ÁLTALÁBAN HŰTŐSZEKRÉNYBEN KELL TÁROLNI.

2. IDE TARTOZNAK A GYORSAN ROMLÓ ÉLELMISZEREK, MINT A TEJTERMÉKEK ÉS A FELVÁGOTTAK IS.

4. LEJÁRAT UTÁN AZ ÉLELMISZER ELFOGYASZTÁSA MÁR ÉLELMISZERBIZTONSÁGI KOCKÁZATTAL JÁRHAJT!

5. JELLEMZŐEN TARTÓS ÉLELMISZEREK.

Fogyaszthatósági idővel rendelkező termékek

Minőségmegőrzési idővel rendelkező termékek

BIZTONSÁGOS FALATOK

TEMATIKUS FELADATLAP

- A bevásárlólistára felírt élelmiszerek közül melyek tartoznak a fagyasztott, a hűtött és a hűtést nem igénylő élelmiszerek közé?

A listán szereplő élelmiszereket írd be a megfelelő halmazba!



• KÓDFEJTÉS

Tudtad? A nyers húson (sertés-, marha-, baromfi-hús, halak, egyéb vízi élőlények) és a kicsurgó húslében súlyos megbetegedést okozó baktériumok lehetnek, amelyek az előkészítés és tárolás során átkerülhetnek a már fogyasztásra kész élelmiszerekre.

Kórokozó mikrobák egyéb tisztítatlan nyersanyagokon, különösen a földdel szennyeződött, vagy szennyvízzel öntözött zöldségféléken is előfordulhatnak természetes módon. Ezért a konyhai előkészületeknél különösen körültekintőnek kell lennünk!

Hogy mire figyeljünk leginkább? Azt megtudod, ha kódolod a betűket a tábla segítségével.

	A	B	C
1	k	d	é
2	s	e	ő
3	p	r	z
4	y	t	n
5	h	l	b



A1,B2,B3,B2,A2,C3,B4,A2,C3, B2,C4,C4,A4,B2,C3,C2,B1,C1,A2

A nyers húsok megmosása egy gyakori, de nem helyes konyhai gyakorlat. A miatt a konyhai felületek, eszközök és egyéb élelmiszerek könnyebben szennyeződhetnek.

Használjunk inkább papírtörölt a húsok felületén lévő nedvesség leitatására.

A5,C2,A1,B2,C3,B2,B5,C1,A2

Tartsuk észben, hogy a nyers húsok egyetlen biztonságos elkészítési módja az alapos

• KVÍZ KÉRDÉSEK

Karikázd be a felsoroltak közül a helyes választ!

1) Mi a hűtőszekrény megfelelő hőmérséklet-tartománya?

- A) -9-0 °C
- B) 0-5 °C
- C) 5-8 °C

2) A fagyasztással...

- A) korlátlan ideig eltárolhatók az élelmiszerek.
- B) hosszabb ideig eltárolhatók az élelmiszerek, mert az alacsony hőmérséklet lassítja a mikroorganizmusok élettevékenységét.
- C) az élelmiszerekben teljesen elpusztulnak a kórokozó mikroorganizmusok.

3) A FEFO (First expiry, First out) elv azt jelenti, hogy...

- A) csak bevásárlólistával induljunk el boltba.
- B) azt a terméket vegyünk meg a boltban, ami később fog lejárni.
- C) azt a terméket használjuk fel először, ami hamarabb lejár.

4) Az alábbiak közül nem javasolt lefagyasztani:

- A) tejszín
- B) nyers hús
- C) kenyér

5) A felolvasztás NEM biztonságos módja:

- A) közvetlen hőkezelés
- B) szobahőmérsékleten felengedni
- C) hűtőszekrényben

BIZTONSÁGOS FALATOK MEGOLDÁSOK

• Egészítsd ki a mondatokat a megfelelő szavakkal!

A nyers húst **elkülönytve** kell tárolni a készételektől.

Az ételmaradékot **hűtőszekrényben** kell tárolni.

Az alapos kézmosás legalább **20 másodpercig** tart.

Ételkészítés előtt, közben és után is alaposan **mosd meg** a kezed.

Mindig használj **maghőmérőt**, ha húst sütsz

A **fagyasztott** élelmiszert a hűtőszekrényben olvaszd fel, ne a konyhapulton.

A hűtőszekrény hőmérsékletét 0-5°C közé kell beállítani, amelyet **hűtőhőmérővel** ellenőrizhetsz.

A maradékot **2 órán belül** hűtőszekrénybe kell tenni, de nagy melegben ez az idő egy órára rövidül.

• Írd be az alábbi számokat a megfelelő helyre! Lehetséges, hogy egy állítás mindkettő lejáratú időre igaz.

Fogyaszthatósági idővel
rendelkező termékek

2; 3; 4

Minőségmegőrzési idővel
rendelkező termékek

1; 5

• A bevásárlólistára felírt élelmiszerek közül melyek tartoznak a fagyasztott, a hűtött és a hűtést nem igénylő élelmiszerek közé?

Hűtést NEM igénylő
élelmiszerek

Csokoládé
Meggybefőtt
Szárasztésza

Hűtést igénylő
élelmiszerek

Joghurt
Felvágott
Túró

Fagyasztást igénylő
élelmiszerek

Gyorsfagyasztott
zöldborsó
Gyorsfagyasztott
szilvás gombóc
Mirelit pizza

BIZTONSÁGOS FALATOK MEGOLDÁSOK

• KÓDFEJTÉS

A nyers húsok megmosása egy gyakori, de nem helyes konyhai gyakorlat. A **keresztszennyeződés** miatt a konyhai felületek, eszközök és egyéb élelmiszerek könnyebben szennyeződhetnek. Használjunk inkább papírtörülőt a húsok felületén lévő nedvesség leitatására.

Tartsuk észben, hogy a nyers húsok egyetlen biztonságos elkészítési módja az alapos **hőkezelés!**

• KVÍZ KÉRDÉSEK

Karikázd be a felsoroltak közül a helyes választ!

1) Mi a hűtőszekrény megfelelő hőmérséklet-tartománya? - B

2) A fagyasztással ... - B

Indoklás: A fagyasztás során alkalmazott -18°C alatti hőmérséklet megállítja ugyan a mikrobák szaporodását, de nem pusztítja el azokat.

3) A FEFO (First expiry, First out) elv azt jelenti, hogy ... - C

Indoklás: A FEFO a First Expire, First Out kifejezésből képzett mozaikszó, amely egy tárolási és készletszabályozási módszer. Ez az elv azt javasolja, hogy a leghamarabb lejáró termékeket használjuk fel elsőként. Ezt könnyű betartani, ha otthon már a hűtőbe/kamrába pakolás során előrébb helyezünk a közelebbi lejáratú termékeket.

4) Az alábbiak közül nem javasolt lefagyasztani - A

Indoklás: Bizonyos élelmiszereket nem érdemes fagyasztani, mivel az állaguk kedvezőtlenül megváltozik (például tejszín, nyers egész tojás, főtt tészta). A kenyeret érdemes szeletelve a fagyasztóba tenni.

5) A felolvasztás NEM biztonságos módja - B

Indoklás: Mivel a fagyasztás nem pusztítja el az élelmiszerben található mikrobákat, ezért szobahőmérsékletre kerülve azok újra szaporodni kezdenek. A felolvasztást ezért a hűtőszekrényben kell végezni, vagy egyes termékek (például fagyasztott zöldségek) esetében közvetlenül hőkezeln.