



SICUREZZA A TAVOLA

Coop raccomanda le regole d'igiene dell'Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria (USAV).

Derrate alimentari crude come la carne, il pollame, il pesce o i frutti di mare possono, per loro natura, essere contaminate da germi patogeni. Se gli alimenti non sono preparati correttamente, questi germi possono provocare nausea e malattie. Per poter consumare in tutta sicurezza i cibi che portiamo in tavola, basta osservare le quattro regole d'igiene seguenti. Buon appetito!



CUOCERE CORRETTAMENTE

La cottura a bassa temperatura favorisce la sopravvivenza dei germi patogeni presenti nelle derrate alimentari, in particolare nel pollame e nella carne macinata.

Per prevenire eventuali contaminazioni:

- Prima del consumo, cuocere la carne, il pollame, il pesce e i frutti di mare a una temperatura di almeno 70 °C.
- Riscaldare a fondo le derrate alimentari già cotte portandole a una temperatura di almeno 70 °C.



CONSERVARE CORRETTAMENTE

La conservazione a temperatura ambiente favorisce la moltiplicazione dei germi patogeni presenti nelle derrate alimentari. Per prevenire eventuali contaminazioni:

- Conservare sempre nel frigorifero, a una temperatura inferiore a 5 °C, la carne, il pollame, il pesce e i frutti di mare.
- Conservare sempre nel frigorifero, a una temperatura inferiore a 5 °C, le derrate alimentari cotte e deperibili.
- Non congelare una seconda volta gli alimenti scongelati.
- Disporre rapidamente nel frigorifero o nel congelatore gli alimenti acquistati che devono essere conservati refrigerati o congelati.
- Osservare le indicazioni sulla conservazione e la data di scadenza riportate sugli imballaggi delle derrate alimentari.



LAVARE E PULIRE CORRETTAMENTE

I germi patogeni si diffondono tramite le mani, i taglieri, gli utensili e gli strofinacci da cucina.

Per prevenire eventuali contaminazioni:

- Lavarsi accuratamente le mani con il sapone prima e dopo avere preparato i cibi e specialmente dopo avere manipolato carne, pollame, pesce o frutti di mare crudi.
- Pulire accuratamente con acqua calda e sapone tutte le superfici di lavoro e gli utensili da cucina dopo ogni fase di preparazione dei cibi.



SEPARARE CORRETTAMENTE

I germi patogeni contenuti nelle derrate alimentari crude possono facilmente diffondersi ad altri alimenti.

Per prevenire eventuali contaminazioni:

- Separare sempre i cibi cotti da quelli crudi:
 - » utilizzando un piatto separato per la carne cruda nella fondue chinoise.
 - » evitando di utilizzare le stesse stoviglie per la carne cruda o marinata e la carne cotta sul grill (servire quest'ultima direttamente sul piatto).
 - » evitando di riutilizzare i resti della marinata per condire altri cibi crudi o come salsa per l'insalata.
- Evitare il contatto diretto fra la carne, il pollame, il pesce o i frutti di mare crudi e altre derrate alimentari.
- Utilizzare taglieri e utensili da cucina diversi per alimenti da cuocere e alimenti da consumare crudi.

Informazioni disponibili su: **SICUREZZAATAVOLA.CH**



coop

Per me e per te.