

VARNA PRIPRAVA HRANE

v času poletnih piknikov

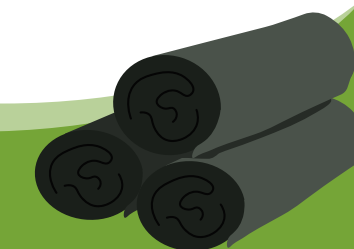
V sezoni piknikov, ko prijetno vreme kar kliče po preživljanju časa v naravi, sta načrtovanje in priprava hrane zelo pomembna. Piknik bo prijetna in okusna izkušnja, če bomo upoštevali nasvete za varno pripravo hrane, ki naj bo prilagojena višjim temperaturam in zunanjim pogojem.

S tem zmanjšamo možnost različnih okužb in zastrupitev z živili. Velikokrat na piknikih hrano pripravljamo v improviziranih pogojih, ko so zunanje temperature visoke, brez tekoče pitne vode, hladilnih naprav, delovnih površin in pripomočkov. Zato piknike raje načrtujemo vnaprej, priprava hrane pa naj bo enostavna in sprotna.

Pri pripravi hrane se moramo držati osnovnih higienskih načel, ki nam omogočajo večjo varnost živil. Tako pri rokovanju z njimi, kot tudi pri njihovem uživanju.

KORISTNI NASVET

Na piknik prinesimo vrečke za smeti in pospravimo za seboj.

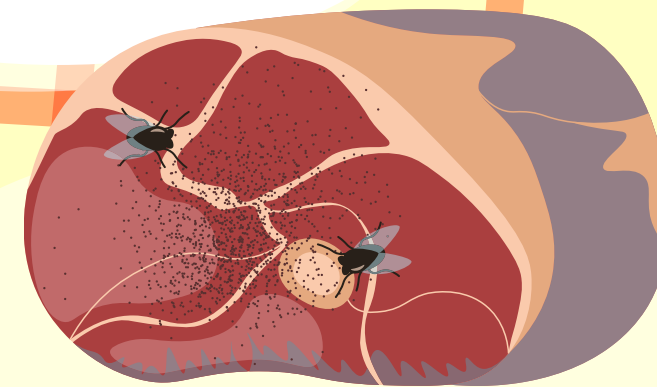


PRIPOROČILA v času poletnih piknikov

Za transport na piknik uporabimo ohlajeno hladilno torbo. Dobro je imeti dve hladilni torbi (eno za hitro pokvarljiva živila in drugo za pijačo). **Hladilne torbe namestimo v senco in jih čim manj odpiramo**, pri tem pa namenimo $\frac{3}{4}$ prostornine torbe za hrano, $\frac{1}{4}$ pa za hladilne blazinice, katere lahko nadomestimo tudi z zamrznjenimi sokovi ali plastenkami z vodo.



Če so bila **surova hitro pokvarljiva živila več kot eno uro** izpostavljena zunanji temperaturi, višji od **32 °C**, jih **je potrebno zavreči**.



Surova in pripravljena **živila vedno pokrijemo**, da preprečimo onesnaževanje.

Če na lokaciji piknika nimamo dostopa do pitne vode, poskrbimo za ustrezno količino ustekleničene vode. **Živila, ki se uživajo surova (sadje, zelenjava), očistimo in operimo že doma.**



Zelo pomembno je vzdrževanje higiene rok, pribora in opreme. **Če na voljo ni dovolj tekoče vode in mila, uporabimo mokre dezinfekcijske robčke.**



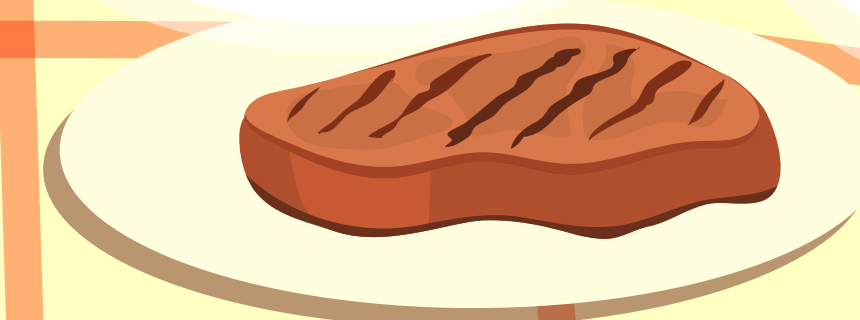
Ker se med 5 in 63 °C bakterije najhitreje razmnožujejo, je potrebno **gotove jedi čim prej porabiti ali po dveh urah zavreči**.



Gotove jedi, ki so že pripravljene za uživanje, naj ne prihajajo v stik s surovimi živili. Ves pribor, opremo in posode uporabljamo ločeno, kar je bistveno za preprečevanje navzkrižnega onesnaženja.



Zunanji videz mesa ni zagotovilo, da je meso v sredini dovolj pečeno.



Peka na žaru pri ustrezni temperaturi in dovoljšni toplotni obdelavi uspešno uniči škodljive bakterije.

