

# Рекомендации как правильно хранить продукты

Для обеспечения качества и безопасности продуктов необходимо соблюдать правила их хранения.

Простое прикосновение способно перенести вредные микробы на пищу и спровоцировать пищевое отравление.



- Перед употреблением нужно не забывать мыть фрукты, овощи, зелень и даже яйца.
- Даже совершенно чистые на вид фрукты и овощи надо тщательно вымыть, особенно если планируется их съесть сырыми.



- После каждого приготовления пищи надо обязательно вымыть всю посуду, убрать мусор, а готовое блюдо поместить в холодильник.
- Поверхность разделочных столов и посуду необходимо вымыть после каждого контакта с сырыми продуктами.



- Необходимо отделять сырые продукты от готовых блюд. Нередко сырые и готовые продукты встречаются на разделочных досках, полках холодильника или «пересекаются» при помощи ножей.



- Также при обработке разных типов продуктов нужно пользоваться разными ножами и разделочными досками.



- В сырых овощах, фруктах, мясе, птице и морепродуктах попадают опасные микроорганизмы, которые всегда гибнут при термической обработке.
- Однако если во время приготовления или хранения рядом с сырой пищей окажется готовое блюдо, опасные микробы могут попасть на него и привести к заражению.



- Именно поэтому обязательно надо хранить сырые и готовые продукты как можно дальше друг от друга или раскладывать по контейнерам с крышками.



- Лучше сразу выбрасывать вздувшиеся консервы или даже слегка заветрившие продукты.



- Оптимальный температурный режим хранения продуктов должен быть ниже +5 или выше +60 градусов. Не стоит оставлять пищу при комнатной температуре дольше, чем на два часа и, как только она остынет, необходимо сразу убрать ее в холодильник.
- Размораживать продукты также рекомендуется не при комнатной температуре, а на нижней полке холодильника.

