Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti
Die Stimme der VerbraucherInnen
La voce dei consumatori

Centro Tutela Consumatori Utenti

Via Dodiciville 2
39100 Bolzano
Tel. 0471 975597
info@verbraucherzentrale.it

Igiene in cucina: I germi non vanno in vacanza

Lun 17/08/2020 - 08:52

Non solo noi esseri umani, ma anche alcuni alimenti "soffrono" il caldo e ne manifestano le conseguenze. "Batteri e altri microrganismi si moltiplicano in modo particolarmente rapido con le temperature calde. Il consumo di alimenti contaminati può provocare infezioni o intossicazioni alimentari", sottolinea Silke Raffeiner, esperta di nutrizione presso il Centro Tutela Consumatori Utenti. Per evitare che ciò avvenga, è fondamentale rispettare le norme igieniche di base specialmente durante il periodo estivo, ma non solo.

Gli alimenti facilmente deperibili non si possono conservare a lungo, pertanto si sconsiglia di acquistarne in grandi quantità, ma piuttosto di comprarli freschi più di frequente.
I prodotti che necessitano di refrigerazione, come la carne fresca, il pesce fresco e il latte, così come i prodotti surgelati, dovrebbero essere collocati nel carrello della spesa idealmente solo alla fine del "giro di acquisti". Questo per evitare che rimangano troppo a lungo senza la giusta refrigerazione. Inoltre, è preferibile trasportarli a casa in una borsa termica. All'arrivo a casa, essi vanno riposti subito in frigorifero o nel congelatore.
Il frigorifero non deve essere riempito troppo, altrimenti l'aria fredda fatica a circolare. I cibi e gli alimenti non confezionati si conservano meglio in frigorifero se posti all'interno di un contenitore richiudibile oppure coperti.
In giardino, in terrazza o ai picnic, il cibo deve essere riposto all'ombra o al riparo dalla luce del sole. Per il trasporto al luogo del picnic si consiglia l'utilizzo di una borsa frigo.
Gli avanzi di cibo devono essere raffreddati rapidamente e consumati al più presto. Quando li si riscalda, invece, si consiglia di scaldarli per bene. Lo stesso vale per la preparazione di carne, pesce e uova.
Nei giorni più caldi è meglio evitare il consumo di carne e di pesce crudi (ad es. sushi, tartara ecc.). Le pietanze contenenti uova crude (ad es. tiramisù, maionese) devono essere preparate solo con uova freschissime, refrigerate subito dopo la preparazione e consumate entro poche ore. Tutti gli utensili utilizzati (e naturalmente le mani) devono essere lavati immediatamente con acqua calda e detersivo per piatti.
Anche se sul cibo sono visibili solo piccole parti ammuffite, è sempre meglio smaltirlo completamente.