

Livsmedelshygien

Den som hanterar mat måste ha kunskaper om livsmedelshygien. Här kan du läsa om hur du ska göra för att hantera maten säkert.

Skadliga mikroorganismer

Mat kan bli farlig att äta om det finns för många skadliga mikroorganismer i den. Mikroorganismer är bakterier, svampar (mögel och jäst), virus och parasiter.

Hur snabbt en mikroorganism växer beror på temperaturen, vattentillgången, näringen, pH-värdet och syretillgången. Det är därför det är viktigt att förvara livsmedel vid rätt temperatur och att hålla rent.



Personalhygien

Handtvätt

En vanlig orsak till matförgiftningar är att livsmedel hanterats av någon med smutsiga händer. Mikroorganismer från händerna förökar sig sedan i maten och gör så att den som äter maten blir sjuk. Det är därför mycket viktigt att tvätta händerna ofta och noggrant. Händerna ska bl.a. tvättas:

- Efter toalettbesök. Mellan olika arbetsuppgifter.
- Om man hälsat på någon genom att ta i hand.

Händerna ska tvättas med flytande tvål och torkas med pappershanddukar. Tyghanddukar får inte användas.

Personalkläder

Personalen som jobbar med livsmedel ska ha rena arbetskläder som de byter om till på arbetsplatsen. Det är viktigt att ha keps eller mössa som skyddar håret från att hamna i maten. Privata kläder och arbetskläder ska förvaras skilt från varandra.

Sjukdom

Personal som är sjuka i t.ex. förkylning, magsjuka eller har infekterade sår på händerna, får inte jobba i köket.

Rengöring

Att hålla rent i sin livsmedelslokal är mycket viktigt för att mikroorganismer inte ska spridas. Både lokalen och utrustningen ska vara rena. Tänk på att:

- Ha rena städredskap - annars sprider du bara ut smutsen ännu mer.
- Förvara städutrustningen upphängd mellan städ-tillfällen så att städredskapen torkar. I våta moppar och trasor kan det växa mögel och bakterier.
- Förvara inga saker på golvet. Då blir det lättare att städa och hålla rent.
- Storstäda regelbundet, t.ex. rengör tak och väggar.
- Kontrollera städningen genom att gå igenom alla utrymmen förslagsvis en gång i veckan.
- Det är lämpligt att ha olika uppsättningar av städmaterial för olika delar av en livsmedelslokal. Detta för att inte samma utrustning ska användas på t.ex. toalett, serveringsrum och kök.



Miljö- och byggnadsförvaltningen

INFORMATION

Hantering

Det är viktigt att hantera maten hygieniskt för att förhindra matförgiftning. Några viktiga saker att tänka på är:

Separering

- Använd särskilda knivar och skärbrädor för att hantera rått kött så att inte bakterier från rått kött förorenar annan mat.
- Hantera mat som ska ätas som den är på särskild arbetsbänk.
- Förvara rått kött, rå kyckling, rå fisk, grönsaker och färdiglagad mat separerat från varandra så att bakterier från t.ex. rå kyckling inte hamnar på sallad.

Tillagning och uppvärmning

Värm upp mat ordentligt till minst 70 °C. Då dör de flesta bakterier. Kött bör vara genomstekt. Kött-saften bör vara klar, inte rosa.

Nedkyllning

Mat som ska serveras vid ett senare tillfälle ska kylas ned direkt efter avslutad tillagning. Rekommenderad tid är att det ska ta högst fyra timmar att kyla ned maten till 8 °C. Ofta behövs särskild utrustning till detta. Använd låga och vida kärl. Tänk på att mat som hållits varm får inte kylas ner och serveras vid ett senare tillfälle.

Förvaring i rätt temperatur

Temperaturen som maten förvaras i har stor betydelse för hur länge den håller sig fräsch. Mat ska förvaras kallt eller varmt och inte i rumstemperatur. Mikroorganismer växer bäst vid 8-60 °C. Ju kallare det är ju långsammare växer det. Det finns dock bakterier som kan växa bra vid låga temperaturer också. Tänk på att:

- Kylvaror bör förvaras under 8 °C eller enligt den anvisning om förvaringstemperatur som finns på förpackningen.
- Mat som varmhålls i t.ex. lunchbufféer ska förvaras så över 60 °C. En rekommendation är att maten varmhålls i högst två timmar.



Här kan du läsa mer

Livsmedelsverkets webbplats: www.slv.se

Där kan du läsa mer om livsmedelshygien. Du kan också läsa mer om lagstiftning. Följande EU-förordningar är särskilt viktiga:

- Förordning (EG) nr 178/2002 om allmänna principer och krav för livsmedelslagstiftning m.m.
- Förordning (EG) nr 852/2004 om livsmedelshygien (gäller alla slag av livsmedel)
- Förordning (EG) nr 853/2004 om fastställande av särskilda hygienregler för livsmedel av animaliskt ursprung.
- Livsmedelsverkets föreskrifter om livsmedelshygien (LIVFS 2005:20)

Där finns även lagtext och möjlighet att beställa tryckt information.

Solnas webbplats

www.solna.se/livsmedel

Kontaktcenter

Telefon 08-746 10 00

MILJÖ- OCH BYGGNADSFÖRVALTNINGEN I SOLNA STAD

Postadress Miljö- och byggnadsförvaltningen, 171 86 Solna

Besöksadress Stadshusgången 2, Solna centrum

Telefon Kontaktcenter 08-734 24 45

Organisationsnr 212000-0183 • **Webbplats** www.solna.se

