

О каких правилах приготовления блюд стоит помнить.

Термическая обработка пищи при приготовлении обеспечивает гибель возбудителей инфекционных заболеваний, таких как сальмонеллез, брюшной тиф, кишечные инфекции, и разрушение токсинов.

При недостаточной температуре и времени обработки в пищевых продуктах возможно размножение бактерий. Уязвимы в этом отношении вторые блюда –мясные, рыбные, творожные, рубленые изделия (из фарша, овощные салаты), в которых создаются наиболее благоприятные условия для заражения в связи с измельчением продукта.

Для профилактики пищевых отравлений при кулинарной обработке пищевых продуктов необходимо соблюдать санитарно-эпидемиологические требования к технологическим процессам приготовления блюд.

**Котлеты, биточки из мясного или рыбного фарша**, рыбу кусками запекают при температуре 250–280 °С в течение 20–25 минут.

**Суфле, запеканки** готовятся из вареного мяса (птицы); **формованные изделия из сырого**

**мясного или рыбного фарша**

готовятся на пару или запеченными в соусе; рыба (филе) кусками отваривается, припускается, тушится или запекается.

**Омлеты и запеканки**, в рецептуру которых входит яйцо, готовятся в духовке шкафу, омлеты – в течение 8–10 минут при температуре 180–200 °С, слоем не более 2,5–3 см; запеканки – 20–30 минут при температуре 220–280 °С, слоем не более 3–4 см; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре 4 +/- 2 °С.

**Оладьи, сырники** выпекаются в духовом или жарочном шкафу при температуре

180–200 °С в течение 8–10 минут.

Яйцо варят после закипания воды 10 минут.

**Масло сливочное**, используемое для заправки гарниров и других блюд, должно предварительно подвергаться термической обработке (растопливаться и доводиться до кипения).

**Гарниры из риса и макаронных изделий** варятся в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6) без последующей промывки.

**Колбасные изделия** (сосиски, вареные колбасы, сардельки) опускают в кипящую воду и варят в течение 5 минут.

Первые и вторые блюда с момента приготовления до их использования могут находиться на горячей плите не более 2 часов.

**Овощи**, предназначенные для приготовления винегретов и салатов, варят в неочищенном виде. Варка овощей накануне дня приготовления блюд не допускается. Изготовление салатов и их заправка растительным маслом осуществляется непосредственно перед раздачей. Хранение заправленных салатов может осуществляться в течение не более 30 минут при температуре 4 +/- 2 °С.

При перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками.

**Любые фрукты**, включая цитрусовые, перед употреблением обязательно тщательно моют водой.

**Соблюдайте вышеуказанные требования и вы обезопасите себя от пищевых отравлений!**