

## **ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРИГОТОВЛЕНИИ ПРАЗДНИЧНЫХ БЛЮД**

Управление Роспотребнадзора напоминает о простых, но жизненно важных правилах гигиены и безопасности на кухне.

В этой статье мы подробно разберем все этапы: от выбора продуктов в магазине до подачи готовых блюд на стол.

Этап 1: Отправляемся за покупками. На что обратить внимание?

Основа безопасности любого блюда – качественные и свежие ингредиенты. Пасхальный стол требует особого внимания к выбору продуктов, так как многие из них (творог, яйца) являются скоропортящимися.

### 1. Яйца:

- Внешний вид: Покупайте яйца только в местах санкционированной торговли (магазины, официальные рынки). Обращайте внимание на чистоту скорлупы: на ней не должно быть трещин, сколов, следов крови или помета.
- Маркировка: На яйцах с птицефабрик обязательно стоит штамп. Буква «Д» означает диетическое (срок хранения до 7 суток), «С» – столовое (до 25 суток). Для варки вкрутую и длительного хранения лучше брать столовые яйца.
- Срок годности: Всегда проверяйте дату сортировки и сроки годности на упаковке.

### 2. Творог и сливочное масло (для творожной пасхи):

- Покупайте только в магазинах! Не рискуйте, приобретая творог «с рук» у частников на стихийных рынках – вы не знаете условия его производства и хранения.
- Целостность упаковки: Упаковка должна быть герметичной, без вздутий.
- Состав: Изучите состав. Настоящий творог делается из молока и закваски. Наличие растительных жиров и консервантов должно насторожить.
- Температура хранения: Творог должен храниться в холодильной витрине при температуре не выше +6°C.

### 3. Мука, изюм, цукаты (для куличей):

- Мука: Должна быть без комков и вредителей. Отдавайте предпочтение муке высшего сорта для воздушной выпечки.
- Сухофрукты: Изюм и цукаты должны быть сухими, без плесени и постороннего запаха. Перед использованием их обязательно нужно тщательно промыть горячей водой и обсушить.

Этап 2: Кухонная гигиена и подготовка продуктов

Главное правило, которое мы повторяем постоянно: «Чистота – залог здоровья».

- Моем руки: Тщательно мойте руки с мылом перед началом приготовления, после контакта с сырыми яйцами, после перерыва.

- Чистота поверхностей: Столы и разделочные доски должны быть идеально чистыми. Используйте разные доски для сырых продуктов (мяса, рыбы, яиц) и для готовых (хлеба, овощей, выпечки).
- Обработка яиц: Перед варки яйца необходимо тщательно вымыть теплой водой с мылом или содой. Скорлупа может содержать опасные бактерии (сальмонеллу), которые при разбивании легко попадают в блюдо.

### Этап 3: Термическая обработка – убиваем микробы

Недоваренная пища – главная причина инфекций.

Варка яиц: Чтобы быть уверенным в безопасности, варите яйца не менее 10 минут после закипания. Этого времени достаточно, чтобы погибли возбудители сальмонеллеза. Яйца всмятку или «в мешочек» менее безопасны с этой точки зрения.

Выпечка куличей: Тесто для кулича – это питательная среда для бактерий (молоко, яйца, сахар). Кулич должен пропечься полностью. Проверьте готовность деревянной зубочисткой – после прокола она должна оставаться сухой. Не ешьте сырое тесто!

Приготовление творожной пасхи: Если вы делаете заварную пасху, обязательно доведите массу до кипения, но не кипятите, чтобы сохранить вкус. Сырая пасха (без нагрева) должна готовиться только из творога, в качестве которого вы уверены на 100% (например, из пастеризованного молока собственного приготовления). Готовую сырую пасху нужно немедленно убрать в холодильник.

### Этап 4: Правила «холодной цепи»

Большинство пасхальных блюд требуют строгого соблюдения температурного режима.

Охлаждение: Горячие куличи нельзя ставить в холодильник. Сначала их нужно полностью остудить при комнатной температуре, накрыв чистым полотенцем. Только после остывания убирайте их на хранение.

Сроки хранения в холодильнике:

- Куличи с глазурью (особенно если в глазури есть белок) хранятся в холодильнике не более 2-3 суток. Без глазури, в бумажных пакетах – до 5-7 суток.
- Творожная пасха (сырая) – продукт скоропортящийся. Ее нужно съесть в течение 72 часов (3 суток). Заварная пасха может простоять чуть дольше – до 5 суток.
- Вареные крашеные яйца: в холодильнике они могут храниться до 3-4 дней. При комнатной температуре – не более 24 часов. Яйца, которые треснули при варке, нужно съесть в первую очередь.

Не храните долго: Не готовьте слишком много еды впрок.

## Этап 5: Праздничный стол – сервируем правильно

1. Температура подачи: Доставляйте скоропортящиеся продукты (пасху, салаты со сметаной/майонезом, нарезку) из холодильника непосредственно перед подачей на стол.
2. Правило двух часов: Готовые блюда не должны находиться при комнатной температуре дольше 2 часов. Если праздник затягивается, убирайте еду обратно в холодильник и доставайте по мере необходимости.
3. Закуски: Если на столе есть салаты, заправленные майонезом, следите, чтобы они не стояли в тепле. Лучше ставить их в небольшие салатники и по мере опустошения заменять новой порцией из холодильника, а не держать большую миску на столе часами.

Важно: если что-то пошло не так:

Первые признаки пищевого отравления (тошнота, рвота, диарея, боль в животе, повышение температуры) – повод немедленно обратиться за медицинской помощью. Не занимайтесь самолечением, особенно если заболел ребенок!

Помните: профилактика всегда проще и безопаснее лечения.

Соблюдая эти несложные правила, вы защитите себя и своих близких от неприятностей.

Будьте здоровы!

Источник: <https://www.rospotrebnadzor.ru/>