



食物業 安全廣播站

第 90 期

2022年9月號
食物安全中心出版
與食物業界一同進步

本期內容

專題特寫

烹製蛋及蛋製品—安全第一

食安仔教室

魚類貯存不當 小心組胺中毒！

食肆現場

食安中心提醒業界留意製造冰凍甜點的食物衛生

安樂查飯+業界講座+食安指引

- 圖文「安樂查飯」計劃介紹
- 「時令食品中秋月餅的進口、製造與銷售須知」講座
- i. 廚世界，徹底洗手吧！
- ii. 冷藏保存食物—如何安全地處理冷藏食物
- iii. 停止進口和銷售河豚(雞泡魚)及含有河豚的食物

中心動向

1. 食安中心全新廣播車投入服務
2. 為餐飲業舉辦食物安全講座
3. 第七十七次業界諮詢論壇
4. 食安中心公布點心鈉含量風險評估研究結果

問問食安小隊

點心鈉含量報告新鮮出爐

增值小測試

食安仔忙甚麼？

一位肉類切割員的分享

編輯委員會

主管 (風險傳達)
3名科學主任
總監 (風險傳達)
衛生總督察 (食物安全推廣)
高級衛生督察 (食物安全推廣)
5名衛生督察 (食物安全推廣)

專題特寫



烹製蛋及蛋製品—安全第一



進食生或未經煮熟的蛋，有可能感染沙門氏菌，構成嚴重的健康風險，甚至危及生命，高危人士所受的威脅更大。在2017年8月至2020年8月間，衛生防護中心轉介了328宗與食肆有關的沙門氏菌食物中毒個案，涉及995名患者。為協助食物業預防蛋及蛋製品的沙門氏菌食物中毒個案，食物安全中心(食安中心)已發布指引，就烹製蛋類食品提供實用的食物安全建議。本文會率先簡介指引的內容。



1. 雙手、用具及工作地方清洗不當，衛生欠佳
1. Improper washing and sanitation of hands, utensils and working areas



2. 製作混合蛋漿並置於室溫待用
2. Pooling eggs and leaving them at room temperature for later use



3. 採用未經巴士德消毒的蛋製作生的蛋類菜式
3. Using non-pasteurised eggs for raw egg dishes



4. 蛋未有徹底煮熟(例如蛋黃仍未凝固)
4. Inadequate cooking of eggs (e.g. the yolk is still runny)



5. 熱存不當(例如使用攝氏60度以下的溫水隔水熱存煮熟的蛋)
5. Improper hot holding (e.g. using a warm water bath lower than 60°C to keep cooked eggs)



6. 冷存不當(例如把三文治存放在冷度不足的雪櫃)
6. Improper cold storage (e.g. keeping sandwiches in a refrigerator that is not cold enough)

食物業處所常見用以烹製蛋類菜式的高風險做法

蛋的選擇

要確保食物安全，首先要選擇安全的原材料。食物業應向可靠的供應商採購清潔、沒有裂紋且沒有蛋液漏出的蛋。如要以略煮或未經烹煮的蛋製作菜式(例如炒滑蛋或意大利芝士蛋糕)，應選用經巴士德消毒的蛋、蛋製品或蛋粉。巴士德消毒法採用低熱殺死病原體，並使引致食物腐壞的酶失去活性。

在一些國家，有農場採取了減低沙門氏菌污染風險的措施，生產獲認證的有殼蛋。雖然聲稱可供生吃，但據報海外曾驗出這些蛋含有沙門氏菌，偶有造成食源性疾病事故。因此，假如製作菜式時不需要把蛋徹底煮熟，採用經巴士德消毒的蛋或蛋製品仍然是較為安全的。

貯存和處理生蛋

有殼蛋應貯存在陰涼乾爽的地方，最好放入雪櫃，並應按照先入先出的原則使用。生蛋如處理不當，可造成交叉污染，導致食物中毒。在處理蛋類之前和之後，均應徹底洗淨雙手。每次處理蛋及蛋製品前，必須清潔和消毒所有用具及其他食物接觸面，例如打蛋器、碗及工作枱。有殼蛋是不用清洗的，否則蛋殼上的細菌很容易透過蛋殼上的小孔進入蛋內。把蛋黃與蛋白分開時，最好使用清潔的分蛋器，不應使用蛋殼，因為蛋殼表面可能沾有沙門氏菌。





製作混合蛋漿以供烹製蛋類菜式風險較高

混合蛋漿是指把若干隻蛋打開後置於容器中混合而成的蛋漿，用於製作多客蛋類菜式，或用於多種食物配方。製作混合蛋漿是食肆用以節省時間和控制分量的常見做法。然而，如果有一隻或以上的蛋受感染，混合後便會使容器中全部蛋漿受到污染。以這些蛋漿烹製的蛋類菜式如未有徹底煮熟，可能導致食物中毒。受污染的混合蛋漿亦可成為食肆中沙門氏菌的來源，污染其他用具或食物。

食肆應待消費者點菜後才把蛋打開，即點即製蛋類菜式。如使用混合蛋漿，備用的蛋漿應以有蓋容器盛載，並貯存在雪櫃內，使用時只取出所需分量。混合蛋漿應即日用完，不要添加新蛋。混合蛋漿含有細菌的風險較高，因此應徹底煮熟，不宜用於製作生吃或不熟透的菜式。



蛋要徹底煮熟並存放於安全溫度

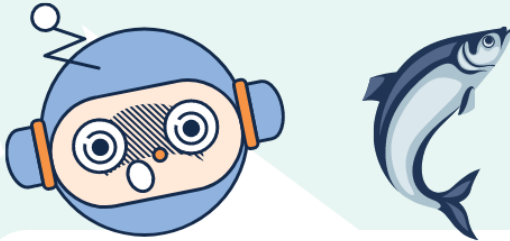
要消滅有害細菌，最佳方法是把蛋徹底煮熟至中心溫度達攝氏75度，或直至蛋黃凝固。另外，蛋類菜式貯存溫度不當，是本地食物中毒個案的常見成因。如非即製即食，炒滑蛋等熱食應經常保持於攝氏60度以上，而三文治及甜品等冷食則應保持於攝氏4度或以下。

以上建議不僅適用於食物業，在家也同樣適用，有助減少食物中毒的風險。



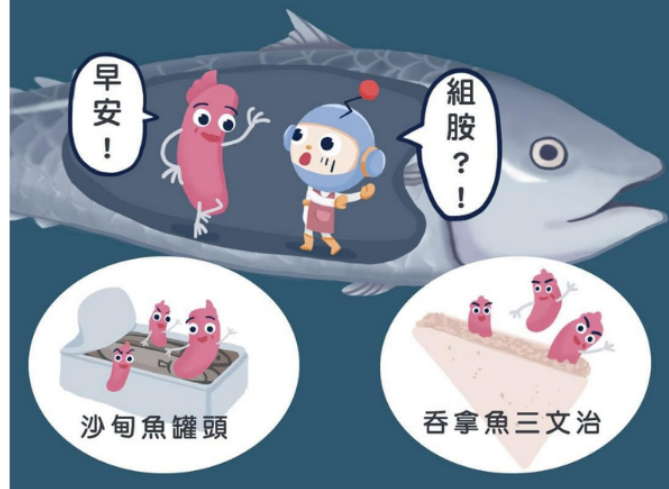
魚類貯存不當 小心組胺中毒！

食安中心正跟進一宗涉及吞拿魚柳嘅食物中毒事件。中心派員到食肆抽取樣本，化驗結果顯示有可能同組胺中毒(又稱「鯖魚中毒」)有關。



#食安仔：組胺係魚同魚製品因變壞同發酵，由細菌產生嘅有毒代謝物。呢啲製造組胺嘅細菌，可以喺啲捕獲嘅魚嘅皮、鰓同埋腸入面搵到。一旦溫度合適，細菌繁殖嘅時候就會將天然存在喺魚入面嘅一種氨基酸(組胺酸)轉化為組胺。食咗含大量組胺嘅食物，可能會引致「鯖魚中毒」，症狀包括口部刺痛灼熱、面部潮紅出汗、噁心、嘔吐、頭痛及出疹。

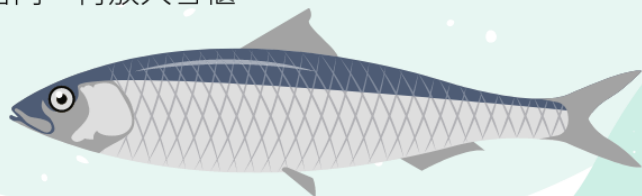
貯存不當 魚內驚現組胺？



雖然叫「鯖魚中毒」，但呢個情況唔只限於鯖魚，亦可以發生响天然含有大量組胺酸嘅魚類，例如沙甸魚、吞拿魚同埋鯷魚。烹煮唔能夠消除組胺嘍，所以要避免「鯖魚中毒」，最重要都係控制好魚同魚製品嘅貯存時間同溫度：

- ✓ 從可靠嘅來源購買吞拿魚同馬鮫等魚類。
- ✓ 魚運咗去餐廳或者屋企，如非即時烹煮，應盡快放入雪櫃；預先包裝嘅魚同魚製品，要按照包裝上由生產商提供嘅指示貯存。
- ✓ 急凍魚類應該用正確安全嘅方法解凍(如利用雪櫃保鮮格、流動嘅自來水或者微波爐)，千祈唔好放响室溫解凍。
- ✓ 已經煮熟嘅魚或即食嘅魚製品(例如吞拿魚三文治，開咗嘅罐頭魚)應盡快食用，唔好放喺室溫太耐。如果唔係即時食用，應將食物放入乾淨嘅有蓋容器內，再放入雪櫃。

延伸閱讀—
魚及魚製品中
的組胺



食安中心提醒業界 留意製造冰凍甜點的食物衛生

夏天到了！為了令大家能夠在炎夏安心地享用透心涼的雪糕，食物環境衛生署(食環署)食安中心於5月為冰凍甜點製造商及零售商舉辦網上講座，與業界分享如何提升冰凍甜點製作過程中的食物衛生和安全標準，簡介製造和售賣冰凍甜點的食物安全建議，並提醒業界在夏季來臨之際留意製作相關食品的风险。

同時，食安中心在5月開始進行有關冰凍甜點的專項食品調查，從冰凍甜點製造廠、流動雪糕車、便利店、超級市場及食肆等地點分階段抽取冰凍甜點(包括軟雪糕、新地、杯裝雪糕、雪糕球及雪條等)樣本作致病菌(沙門氏菌及金黃葡萄球菌)及衛生情況指標(大腸菌群含量及總含菌量)檢測。約100個樣本的檢測結果全部及格。



食安中心人員抽取冰凍甜點樣本作檢測。

為提高冰凍甜點的食物安全水平，食安中心製作了《製造及售賣冰凍甜點的食物安全建議》，提醒業界為冰凍甜點進行合適的熱處理(例如巴士德消毒法)，並把雪糕配料和完成品貯存在適當的溫度，以確保出售的食品適宜供人食用和符合法例要求。業界亦須為生產設備和用具定時進行徹底清潔、消毒和保養，並制訂和實踐食物安全控制計劃，而食物處理人員也應遵從良好衛生規範，注意個人和環境衛生。

製造及售賣
冰凍甜點的
食物安全建議





安樂查飯+業界講座
+食安指引



安樂查飯
SAFE KITCHEN



「安樂查飯」計劃介紹

為了促進業界遵守「食物安全五要點」及良好衛生規範，在日常營運中做好食物安全工作，食安中心整合了現有的風險傳達渠道，推出全新的「安樂查飯」食物業界溝通平台，以提供更實用的食安資訊，配合食肆營運上的需求。

「安樂查飯」平台透過WhatsApp、電子郵件及專題網頁等形式，向業界傳達最新的食安訊息(包括食安指引及法例修訂內容)，並會因應食肆發生的食物中毒事故發出警報，提醒業界須注意的事項，以免重蹈覆轍，從而減低食物中毒的風險。

在「安樂查飯」計劃下，食安中心將陸續推出新的專題網頁和風險資訊交流平台，另外會為業界編訂合適的教材，並為廚房職工舉辦工作坊，以提高他們的食安和衛生意識。歡迎業界人士掃描二維碼，下載「安樂查飯」計劃登記表格，接收最新的食安資訊。



業界講座「時令食品中秋月餅的進口、製造與銷售須知」講座

中秋將至，業界紛紛推出各式各樣的月餅應市，供市民選購。大家都想品嚐美味的月餅，歡度佳節，因此月餅的食物安全尤其重要。為了讓業界更深入了解相關知識，食安中心於2022年8月9日舉辦了一場「中秋月餅的進口、製造與銷售須知」講座，吸引不少業界人士參加。



食安指引

i. 廚世界，徹底洗手吧！



手部衛生對食物安全至關重要。食物處理人員如果雙手不潔，有可能把致病微生物和抗藥性「超級細菌」從他們的身體和生的食物傳到用具、廚房表面和即食食品。除了雙手不乾淨外，使用不潔的抹布抹手和不當使用即棄手套，也是過去食肆出現大規模食物中毒個案的原因。正確保持手部衛生，有助減少食源性疾病的傳播，以及對抗食物鏈中抗菌素耐藥性的問題。

何時要洗手？

食物處理人員用梘液和清水洗手，保持良好手部衛生，是預防傳染病傳播的最有效方法。在處理食物或佩戴即棄手套之前和之後，以及在烹製食物的過程中如有弄污雙手(例如接觸過臉部、咳嗽、打噴嚏、擤鼻涕、如廁、吸煙、完成清潔工作，以及處理過金錢、垃圾、手提電話、化學品或生的食物)，都應徹底洗手。

隨着手提電話成為生活中不可或缺的一部分，電話上的細菌有更大機會轉移到雙手，然後傳到食物上。由於手提電話可能被污染，亦會使食物處理人員分心，因此不宜在值班期間使用，應限制在休息時間或更衣室內才可使用。

如何正確洗手

食物處理人員應以梘液及清水洗手，搓手20秒，因為梘液及清水能更有效去除油脂污垢和殺死食源性微生物。為方便員工正確洗手，食肆應在洗手盆位置為員工提供以下設施：梘液、感應式或非觸式設計水龍頭(例如腳踏或手肘操作)、持續供應的清潔自來水(天氣寒冷時提供暖水可鼓勵洗手)、用於抹乾雙手的即棄紙巾，以及免觸式有蓋垃圾桶。食肆管理層還可張貼洗手指引海報，提醒員工正確的洗手程序。



食物處理人員如何正確洗手



• 佩戴即棄手套不能代替洗手

正確使用即棄手套有助安全處理食物，特別是在手上有傷口或處理即食食品(例如三文治、沙律)的時候，但不能以佩戴即棄手套代替正確洗手。

烹製食物時要正確使用即棄手套，在戴上手套前、除下手套後及更換手套時應徹底清洗雙手。用過的即棄手套要棄掉，不可重用。適時更換手套，包括在處理生熟食物之間、手套被手汗弄濕、手套出現破損或弄污、完成每項工作(例如處理垃圾)，以

及轉換工作崗位或換班的時候。使用食物鉗等工具同樣可以減少徒手接觸食物。

為配合六月七日世界食品安全日的主題「食品更安全，身體更健康」，食安中心藉此機會宣傳手部衛生對加強食物安全的重要，並以此作為食物安全日2022的年度主題。食物處理人員保持雙手清潔，大大有助保障食物安全，同時令顧客滿意。就讓我們一同好好洗手，養成良好的手部衛生習慣！



ii. 冷藏保存食物—如何安全地處理冷藏食物



冷藏是罐頭以外常見的食物防腐方式。然而，與罐頭不同的是，冷藏雖然可以保持食物的品質，但亦容許一些致病微生物繼續生存。

• 冷藏如何防止食物變壞？

冷藏能夠延長食物的保質期，以攝氏零下18度貯存食物，可使食物中的酶及微生物(包括細菌、酵母菌及霉菌)失去活性。在冷藏下，食物中的水分變為冰晶，令需要水分才可生長的微生物無法獲得水分供應。冷藏溫度亦可消滅旋毛蟲等寄生蟲。不過，冷藏無法殺滅細菌及病毒，而諾如病毒等病毒即使在冷藏溫度下仍具有傳染性。此外，當食物解凍時，任何存在於食物中的微生物也會再度活躍起來。

急速冷藏是商業上用於快速冷卻水果、肉類及魚類等食物，使用的是攝氏零下30度至40度的高速冷空氣。在急速冷藏櫃中，食物在三小時內便可完成冷卻，少於傳統冷藏櫃所需時間的一半。急速冷藏的好處在於更能確保食物的品質。在快速冷卻的過程中，食物中形成的冰晶體積較小，因而減少細胞受損，令食物得以保存質感。

• 食物可以冷藏多久？

肉類等食物如按照建議貯存於攝氏零下18度或以下的雪櫃冰格內，可以保存6至12個月。保存時間因食物而異，產品標籤一般會提供貯存時間指示。冷藏本身大致上不會破壞食物的營養。在冷藏期間，肉類及家禽中的營養素(例如蛋白質值)變化不大。



有人可能會擔心，貯存在冰格中的食物會變得乾韌、變色或結滿冰晶。這些都是凍燒的跡象，會影響食物的品質，但不影響安全。變色的食物仍可安全食用，而凍燒的部分可按需要在烹煮之前或之後除去。為了避免凍燒，食物冷藏前應妥為包好或放入盒內。



• 安全地解凍冷藏食物

雖然餃子和雜菜粒等一口大小的食物可以不經解凍便烹煮，但生肉及家禽等體積較大的食品在烹煮前必須妥為解凍。仍未解凍或部分解凍的食物需要較長時間烹煮，以免食物只有表面煮熟而內裏仍未熟透，含有有害細菌。

冷藏食物應放在攝氏0度至4度的雪櫃內解凍，以抑制解凍期間細菌的生長。其他方法包括以流動冷水或微波爐解凍。在解凍時，應把冷藏食物放在防漏的容器中，以防止交叉污染。

以流動冷水或微波爐解凍的食物在解凍後必須立即烹煮，因為食物可能已置於有利微生物生長的危險溫度範圍(攝氏4度至60度)。至於冷藏的即食食品，例如生蠔及魚生，由於不會再經烹煮，應放在雪櫃內解凍，遠離危險溫度。切勿在室溫下解凍食物。除非食物是以正確方式在雪櫃中解凍，否則不應再次冷藏已解凍的食物。

注意事項

- 雖然冷藏可使食物中的酶及有害微生物失去活性，但無法殺滅細菌及病毒。以正確方式處理冷藏食物是十分重要的。
- 把冷藏食物放在攝氏0度至4度的雪櫃內解凍是首選的方法。在雪櫃內解凍可能需時較長，因此應預先計劃。
- 使用微波爐或流動冷水解凍也是可行的選擇，但食物解凍後應立即烹煮。



食物妥為包好或放入盒內(左)；放在攝氏0度至4度的雪櫃內解凍(右)

iii. 停止進口和銷售河豚(雞泡魚)及含有河豚的食物

河豚(主要來自四齒鮎科(Tetraodontidae)和二齒鮎科(Diodontidae))和某些屬於瓦氏尖鼻鮎(Canthigasteridae)、翻車鮎科(Molidae)等的魚類，含有一種稱為「河豚毒素」的強烈神經毒素，可導致肌肉麻痺，中毒嚴重者可因呼吸衰竭而死亡。現時並無解毒劑可消解河豚毒素。另外，河豚毒素耐熱，不會因烹煮、冷藏或乾燥而失去毒性。

目前，尚未有國際認可的河豚配製指引、程序及認證方法，可確保魚肉在配製過程中不受河豚毒素污染。美國食品及藥物管理局表示，沒有抽檢方法足以確保整批河豚可供安全食用，因為任何一條河豚都可能含有致命分量的河豚毒素。



有關河豚的進一步資訊，請瀏覽食安中心網頁：
(https://www.cfs.gov.hk/tc_chi/faq/faq_17.html)。



中心動向

1 食安中心全新廣播車投入服務

食安中心的全新廣播車現已投入服務，車身上有漫畫介紹食物安全與衛生資料。車內設有大型電視屏幕，供參觀者觀賞中心製作的短片，加深對食物安全五要點的認識。



廣播車採用生動活潑的設計風格，以深入淺出方式推廣食物安全五要點，當中包括：

- 精明選擇－選擇安全的原材料；
- 保持清潔－保持雙手與用具清潔；
- 生熟分開－生和熟的食物要分開處理；
- 煮熟食物－徹底煮熟食物，確保食物的中心溫度最少達攝氏75度；以及
- 安全溫度－如非即時食用，熱食要保持在攝氏60度以上，凍食則在攝氏4度以下。

市民如在街上見到食安中心的廣播車，不妨觀賞一下車上播放的有關食物安全的生動短片。廣播車附有中心網站的二維碼，歡迎市民以智能手機掃碼，以便即時收到中心發布的最新活動消息／食物警報／致敏物警報。



2 為餐飲業舉辦食物安全講座

在2022年6月，本港出現涉及半生熟蛋的食物中毒事故。當中包括滑蛋飯和意大利芝士蛋糕。生或未煮熟的蛋屬高風險食物，如果蛋類菜式處理不當，很容易受沙門氏菌感染，導致食物中毒。有見及此，食安中心特別為有關食物業處所額外舉辦蛋及蛋類製品的食物安全講座，提醒員工在處理和銷售蛋類菜式時，須經常保持個人衛生，並遵守《安全烹製蛋及蛋製品的業界指引》。



處理蛋及蛋製品 食物業界要知道

安樂飯
SAFE KITCHEN

備用的混合蛋漿應以有蓋容器貯放在4°C或以下



蛋須煮至中心溫度達75°C或以上或至蛋黃及蛋白凝固



混合蛋漿應即日用完
不要添加新蛋



採用經巴士德消毒的蛋
製作含生或半生熟蛋的菜式



3

第七十七次業界諮詢論壇

食安中心在2022年6月30日舉辦了第七十七次業界諮詢論壇，就不同議題與業界交換意見，包括經港珠澳大橋進口冷藏／冰鮮家禽的新安排、食品商的登記、安全烹製牛肉漢堡包的業界指引，以及在餐牌上就高風險食物向消費者作出食用忠告的業界指引等。

詳情請瀏覽：

https://www.cfs.gov.hk/tc_chi/committee/Notes_and_Presentation_Materials_TCF77_20220630.html



4

食安中心公布點心鈉含量 風險評估研究結果



食環署食安中心在2022年7月12日舉行新聞發報會，由降低食物中鹽和糖委員會主席張亮先生、食環署食物安全專員黃宏醫生和食安中心顧問醫生(社會醫學)(風險評估及傳達)楊子橋醫生公布點心鈉含量風險評估研究的結果。是次研究目的是了解本地點心的鈉含量、持續監察本地市場的點心的鈉含量變化，以及加強與食物業界溝通，透過改良配方提供鈉含量較低及較健康的食物，並制訂建議，協助市民減少從點心中攝取鈉。

業界應留意所供應點心的鈉含量，參考食安中心的《降低食物中鈉含量的業界指引》，改良製作過程和轉換配料，以減少點心的鈉含量(例如選用鈉含量較低的配料、使用天然配料調味和醃製食物)。在設計套餐時，應避免選擇鈉含量較高的點心組合，多提供鈉含量較低的點心。

降低食物中鹽和糖委員會主席張亮先生(中)、食環署食物安全專員黃宏醫生(左)和食安中心顧問醫生(社會醫學)(風險評估及傳達)楊子橋醫生(右)講解調查結果。

降低食物中鹽和糖委員會主席張亮先生(右三)、食環署食物安全專員黃宏醫生(左三)、食安中心顧問醫生(社會醫學)(風險評估及傳達)楊子橋醫生(右二)、香港中廚師協會會長馬榮德先生(右一)、中華廚藝學院高級教導員周少文先生(左一)及中式點心師傅麥桂培先生(左二)出席傳媒簡介會，提醒市民避免攝入過量的鈉。





點心鈉含量報告

新鮮出爐

(附實用減鈉貼士)



食安仔：茶樓咁多款點心，你估吓邊樣最多鈉(鹽)？點樣食先可以吸「鈉」少啲？食安中心嘅點心鈉含量研究報告新鮮出爐，快啲睇吓答案啦！



食安中心喺超過50間嘅酒樓同埋點心店，收集咗12款點心及4款醬料樣本，檢測佢哋嘅鈉含量。結果顯示：

- 個別蝦肉燒賣及鮮蝦春卷樣本屬「高鈉」水平(即每100克食物含超過600毫克鈉)
- 個別腸粉樣本符合「低鈉」標準(即每100克食物含不超過120毫克鈉)
- 添加醬料，可以令點心嘅鈉含量增加達兩倍

點心平均鈉含量排行榜(按每100克食物計算)，由高至低，頭三位分別係：

1. 蝦肉燒賣(590毫克)
2. 鮮蝦春卷(480毫克)
3. 牛肉球(440毫克)



#食安小隊：我哋已經為各位準備咗享用點心嘅減鈉貼士：

- 留意個別點心種類嘅鈉含量較高，小心選擇，保持均衡及多元化嘅飲食
- 要求食肆職員將點心與醬料分開送上
- 試咗味至決定係咪需要點醬料；如有需要，只點少量醬料
- 買包裝嘅點心時，參閱營養標籤，揀選鈉含量較低嘅產品

想深入了解報告內容，請即去以下網址睇睇：



食安妹妹：同以往嘅研究比較，部分點心樣本嘅鈉含量有下降趨勢，顯示業界有空間去調低點心嘅鈉含量。業界可以參考食安中心嘅指引，透過改良點心嘅製作過程及轉換配料等等，為消費者提供更多健康嘅選擇。



增值小測試



1

以下哪種是處理蛋或蛋製品的正確方法：

- A. 貯存前用清水徹底清洗蛋殼
- B. 把蛋徹底煮熟至中心溫度達攝氏75度，或直至蛋黃凝固
- C. 將以蛋作配料的三文治及甜品存放在室溫中



2

為保持手部衛生，洗手時應最少搓手多少秒？

- A. 5秒
- B. 10秒
- C. 20秒



3

以下哪種方法可避免組胺中毒？

- A. 盡快食用煮熟的魚或即食魚製品
- B. 從非法的來源購買魚類
- C. 把急凍魚類放在室溫下解凍



食安仔忙甚麼？

一位肉類切割員 的分享



朱師奶： 嘍，你咪係食安界AhOn，真人好有型同靚仔呀！
食安界AhOn： Hello，你嚟買豬肉呀？
朱師奶： 唔知道…可唔可以同你影相呢？
食安界AhOn： 想影相？可以呀，不過影之前聽我講吓家居處理生肉嘅食安貼士先。



何時洗手？

- 外出買餸後
- 處理生肉前後
- 配戴手套前後
- 如廁後
- 進食前

如手上有傷口

應蓋上防水膠布及配戴手套才處理生肉

首先，處理食物最緊要保持雙手清潔，無論係：

- 出街買完餸之後；
- 處理生肉前後；
- 戴手套前同除手套後；
- 去完洗手間；或
- 食嘢之前，都一定要用清水同梘液洗乾淨對手，仲要記得搓手至少20秒嘍！

如果手上有傷口，就要用防水膠布妥善覆蓋傷口，戴埋保護手套先好處理生肉，預防感染豬型鏈球菌或乙型鏈球菌等病菌！

處理生熟食材嘅時候，亦要分開用唔同嘅刀同砧板等廚具，避免交叉污染，知道嗎？最後，就梗係要煮熟晒啲肉先放入口啦！好，望鏡頭，Yeah！

使用不同用具分開處理生熟食物

肉類必須徹底煮熟才食用

朱師奶： 😊😊😊

訂閱此刊物

本刊物的網上版本上載至食安中心網頁 (www.cfs.gov.hk)，歡迎登入瀏覽。如欲索取《食物業安全廣播站》的印刷本，請前往食安中心的傳達資源小組，或來電2381 6096 查詢。

參觀傳達資源小組展覽室

食安中心的傳達資源小組展覽室位於港鐵南昌站C出口附近，設有展覽廳、公眾及業界的資料廊，配有視聽設備，供市民和業界直接了解香港的食物安全資訊，免費入場，歡迎參觀。

(展覽室或會因應2019冠狀病毒病的社交距離措施而暫停對外開放，有關最新的到訪安排，可瀏覽網頁www.cfs.gov.hk。)

地址：九龍欽州街西 87 號食物環境衛生署南昌辦事處暨車房4樓 401 室
查詢電話：2381 6096

電郵地址：rc@fehd.gov.hk

開放時間：星期一至五：上午 8 時 45 分至下午 1 時；
下午 2 時至 5 時 30 分

星期六、日及公眾假期休息

