

# 沙律

## 給食物業的食物安全指引



# 引言及適用範圍

沙律是混合了經最少加工的即食蔬菜的食品，可加入醬料調配。常用的配料有水果、家禽、肉類、海產、蛋類、麪食、香草、果仁或已烹煮的蔬菜。沙律一般是凍食的，被視為高風險食物，因為部分配料是生或未經煮熟的。致病的細菌如李斯特菌和沙門氏菌可能存在於部分常用的配料中，例如蛋類、沙律醬及新鮮即食蔬菜。此外，製作沙律時會經多重處理。若處理過程未有保持良好個人及環境衛生，便會大大提高食物受細菌污染的風險，其中包括人體皮膚上的細菌（例如金黃葡萄球菌）及其他抗菌素耐藥性微生物（「超級細菌」）。為保障食物安全，食物處理人員必須注意在沙律製作過程中可能出現的食物安全問題，並採取適當措施。

本指引是為在處所中配製和售賣沙律的食物業經營者而編製，旨在協助業界在營運時採取食物安全措施，以製作和供應安全衛生的沙律。

本指引並非法律文件，其使用純屬自願性質，但當中審視了一系列與「良好衛生規範」相關的重要指標，食物業經營者應考慮當中建議的最佳做法，以向消費者提供安全的食物。





# 沙律常見的食物安全問題



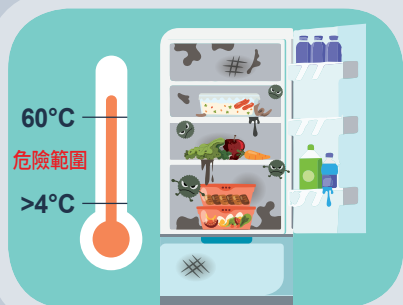
## 原材料被病菌、有害化學物及／或外來物污染

- 原材料衛生狀況欠佳
- 沒有保持良好衛生習慣，例如：新鮮蔬果在使用前沒有清洗妥當



## 食材在配製過程中受污染

- 沙律的配料被不潔的設備或用具污染，例如砧板、刀、鉗子等
- 預製好的沙律被個人衛生欠佳的食物處理人員污染



## 貯存狀況及溫度不當

- 配料及已製成的沙律沒有妥善存放於攝氏4度或以下以防止細菌滋生
- 配料及已製成的沙律沒有蓋好以防止交叉污染

# 製作沙律的食物安全措施

## 採購及收貨

1

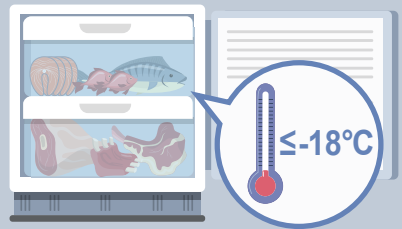
- 採購時應選擇：
  - 來自認可及可靠來源的食材；
  - 標籤上列明「即食」、「經三次清洗」或「無需清洗」的預切綠葉蔬菜作為直接使用的食材；
  - 沒有瘀傷或破損的蔬菜和水果；
  - 經巴士德消毒的蛋類、芝士及奶類製品為配料及用以製作沙律醬；及
  - 大小適中的罐頭，例如罐頭吞拿魚、罐頭粟米、罐頭腰豆，以免開罐後要存放過長時間。
- 收貨時，檢查食材以確保：
  - 食材未過「此日期或之前食用」或「此日期前最佳」日期；
  - 食材沒有任何受污染或包裝受損的跡象；及
  - 冷凍／冷藏（急凍）食材在運抵時的貯存溫度適當（例如冷藏（急凍）食物貯存在攝氏零下18度或以下；冷凍食物貯存在攝氏4度或以下），並且沒有曾置於不當溫度的跡象，例如出現冰晶或在包裝上黏有水漬或汁液的污漬。





## 2 貯存

- 立即把易腐壞的食材（例如蛋類、雞胸肉、牛肉、煙三文魚等）貯存於適當的溫度（冷凍食物貯存在攝氏4度或以下；冷藏食物貯存在攝氏零下18度或以下）。
- 可室溫貯存的食物應存放在陰涼乾燥的地方。
- 把可供即食的原材料覆蓋或包好。
- 將已熟或即食配料跟生的食材分開存放在雪櫃內（例如熟食或即食食物放在上格，生的食物放在下格，以防止交叉污染）。
- 不要把雪櫃裝得太滿，並按「先入先出」的原則貯存食物。



## 3 配製

- 用不同的設備和用具分開處理熟食或即食食物和生的食物，以減少交叉污染。
- 在開始工作前，先清潔和消毒所有配製食物的器具及工作面。
- 時刻保持良好個人衛生習慣（例如經常清洗和消毒雙手、穿著清潔的工作服等）。



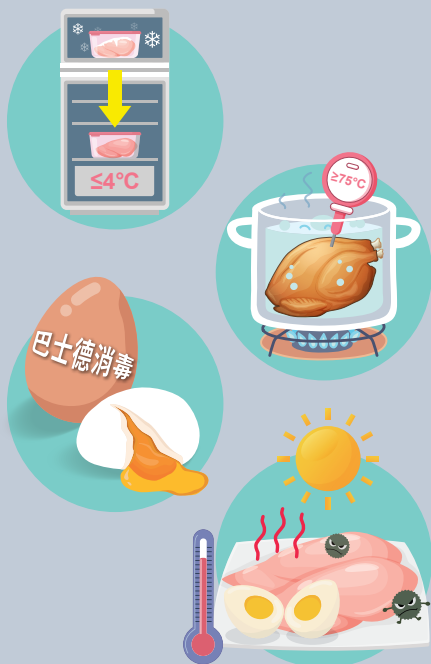
## 處理新鮮蔬果

- ✓ 在專用洗滌槽中，以流動自來水徹底洗淨所有新鮮蔬果。
- ✓ 以清潔的蔬果刷洗刷青瓜及其他表面堅實的蔬果，按需要剝皮或修切。
- ✓ 如使用消毒劑處理新鮮蔬果，應選擇食品級別的產品，並按照製造商的指示使用適當的濃度和接觸時間，以確保食物安全及有效。
- ✓ 番茄、青瓜等新鮮蔬果切開後容易滋生細菌，須放入雪櫃貯存。



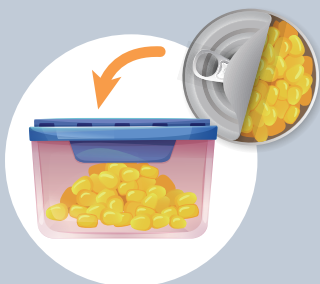
## 烹煮或翻熱配料

- ✓ 除非製造商說明可直接烹煮（例如炸麵包粒），否則冷藏食物應完全解凍後才烹煮。
- ✓ 徹底烹煮或翻熱非擬供生吃的配料（例如蛋類、煙肉及雞肉）至食物中心溫度達攝氏75度或以上，維持至少30秒。
- ✓ 若製作水煮嫩蛋，應使用經巴士德消毒的蛋。
- ✓ 已熟的配料不應在室溫下放置太久，所以要提前計劃烹製時間，避免過早配製熟的配料。



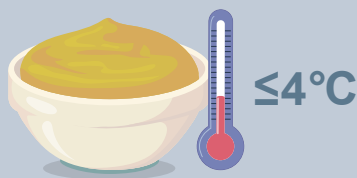
## 處理預先包裝及罐裝即食配料

- ✓ 使用消毒過的工具，小心開啟預先包裝的即食配料如切碎的芝士、煙三文魚等的包裝，以防止污染。
- ✓ 預先包裝或罐頭食物開封後應按照製造商的指示貯存，並盡快用完。
- ✓ 於冷存前，將已開封罐頭／包裝內的食物轉至清潔的有蓋容器中。



## 配製沙律醬

- ✓ 使用經巴士德消毒的蛋製品配製蛋黃醬料，以減低醬料經生蛋被沙門氏菌污染的風險。
- ✓ 蛋黃醬等酸性沙律醬料的酸鹼值須在 4.1 或以下，以防止李斯特菌、沙門氏菌類滋長。
- ✓ 製作完成後，應立即將含奶油的沙律醬貯存在攝氏4度或以下，以防止細菌滋長。



## 供應/包裝：

4

- 已拌勻的配料應立即食用。
- 配製好的配料或沙律如非即時食用，應置於清潔的容器內，存放在攝氏4度或以下。
- 冷凍配料及已製成的沙律不可在攝氏4度以上存放超過兩小時。
- 已製成的沙律應加上標籤列明「此日期或之前食用」日期及貯存條件。



## 運送、分發和展示

5

- 在攝氏4度或以下妥善運送、分發和展示已製成的沙律，以防沙律受污染和變壞。

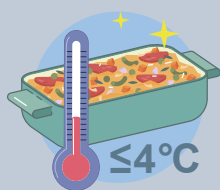


- 按照「先入先出」的原則分發和售賣已製成的沙律。



# 自助式沙律櫃枱

- 用清潔的容器在攝氏4度或以下展示沙律配料，以防配料受污染和變壞。
- 供應足夠清潔並已消毒的用具如長柄鉗子或杓子。每種配料均應配備獨立的用具，以供取用配料。被污染、已掉在地上或誤放於錯誤容器的用具應立即更換。
- 每次只應展示少量沙律配料。補充食物時要換上一整盤新配製的配料，不要把新配製的配料添加到已在展示的配料中。
- 指派已接受培訓的員工監察沙律櫃枱範圍的衛生情況，並第一時間清除任何受污染的食物及更換掉落的工具。
- 由於食物在展示期間或已受污染，故用餐時段結束後應棄掉剩餘配料。





# 給食物處理人員的個人及

## 個人衛生

- 穿著清潔的工作服。
- 處理食物時戴上口罩。即棄口罩如有破損、弄污，或在長時間配戴，便應棄掉。
- 即棄手套如有損壞、弄污，或在小休時脫下，便應棄掉。更換手套時和脫下手套後，應清洗雙手。
- 在處理食物前、如廁後或觸摸不潔物品後（例如清理垃圾或觸摸金錢後），要徹底清洗雙手，用梘液搓手最少20秒。



請參閱食物安全中心的《給食物處理人員的手部衛生指引》，以取得更多資料。



- 妥為包紮外露的傷口，並戴上手套。
- 如患有或懷疑患有傳染病或出現感冒、腹瀉、嘔吐、黃疸病、發燒、咽喉痛及腹痛等病徵，應停止處理食物。



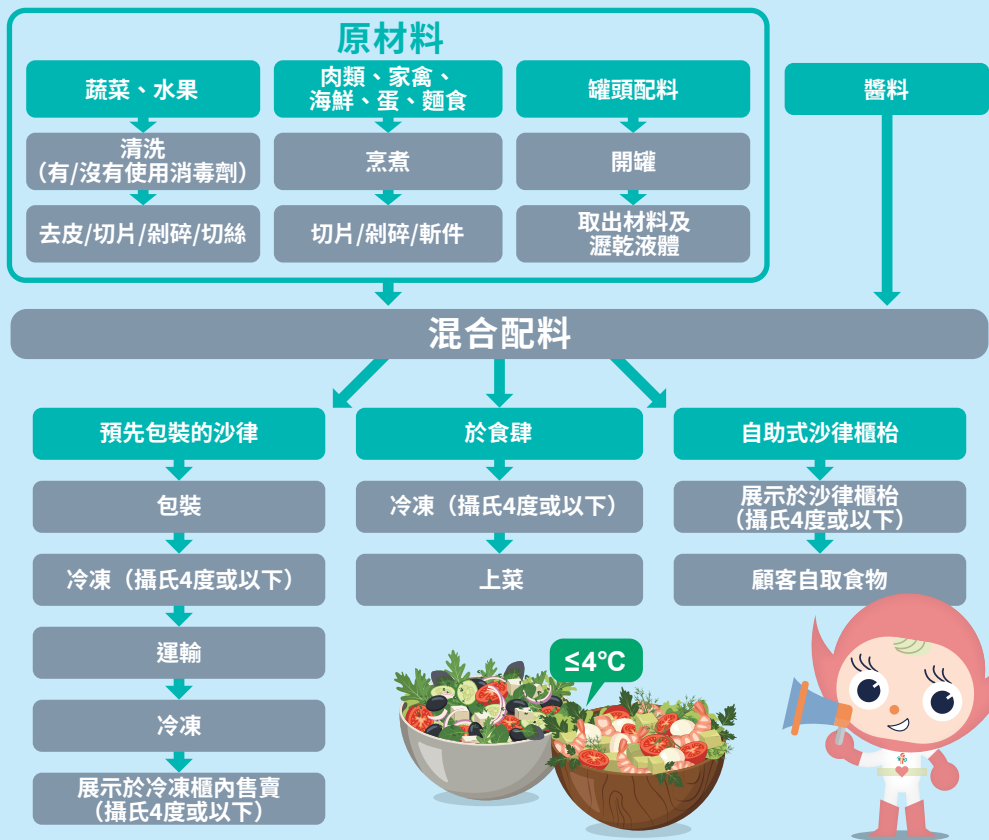
# 環境衛生建議

## 環境衛生

- 洗手及乾手設施應設於食物配製或製作區的適當位置，並備有洗手液。可能的話，洗手設施應配備無須用手開關的水龍頭和即棄紙巾。
- 以專用的用具和設備分開處理生和熟的食物／即食配料。
- 經常以沸水或經批准的殺菌劑清潔和消毒用具（包括自助沙律櫃枱的用具）、設備、工作枱面（包括自助沙律櫃枱）及抹布。按照製造商的說明（例如所需的接觸時間、正確的濃度及稀釋後的保質期等）使用殺菌劑。
- 保持冷凍設施狀況良好。確保溫度控制能正常運作。



# 沙律的製作流程圖



## 食物安全管理系統

推行一個具有防患於未然的食物安全管理系統（如以「食物安全重點控制」系統為本的食物安全計劃），以在製造過程的每個環節中確定及控制食物安全問題。詳情請參閱「[如何推行食物安全計劃](#)」。



沙律是即食食物。由於沙律沒有經過熱處理，未能消滅當中可能存在的細菌，若處理不當，便可能會被食源性病原體和「超級細菌」污染，或會對人類健康構成嚴重威脅。因此，在配製這種食物時保持良好個人、環境和食物衛生至關重要。

