

安全製作麵包和三文治

業界指引



本指引是為在處所內配製及售賣麵包和三文治的食物業界而編製，旨在協助業界在營運時採取食物安全措施，以製作和售賣合乎衛生及可供安全食用的麵包和三文治。

引言

麵包和三文治是本港大眾化食品，市面上有售多款麵包和三文治。

一般而言，烘焙工序可消滅可能存在於麵包的微生物，還可減低麵包的水分，特別是表面的水分。麵包的表面脫水後可抑制大部分細菌生長。因此，麵包經烘焙後如無需進一步處理，並且沒有易變壞的餡料，其微生物風險一般較低。

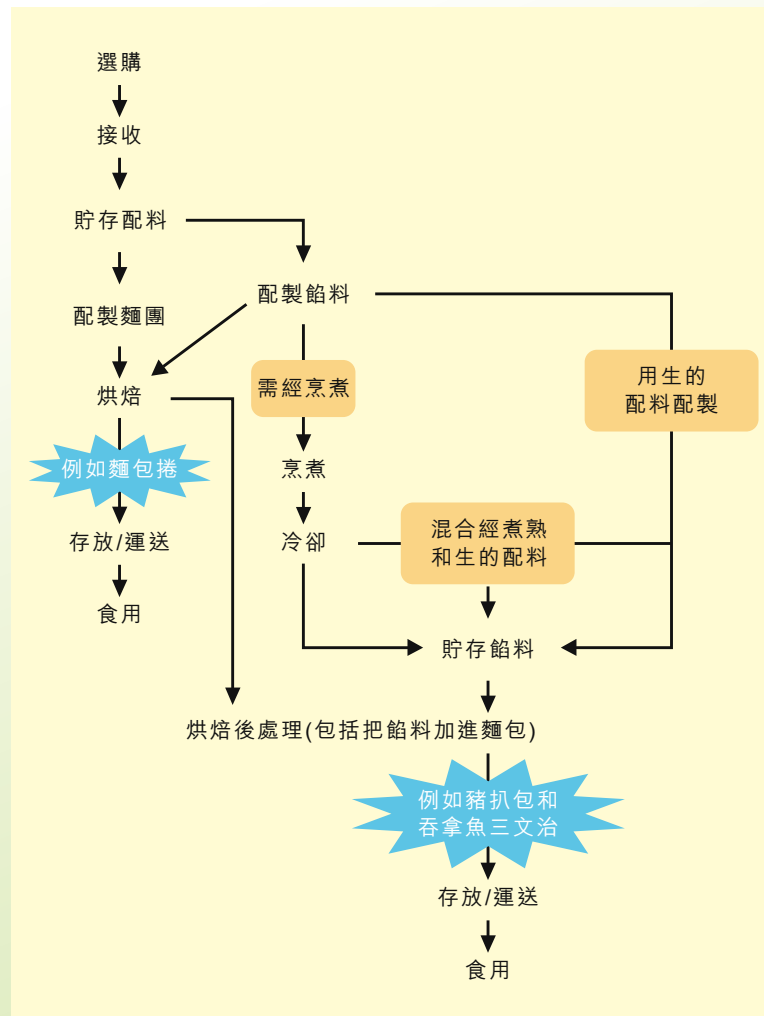
不過，市面上有部分麵包和三文治在烘焙後需再處理(例如加入不同的餡料)，而市民進食這些麵包和三文治前多數不會再徹底翻熱。因此，這些食品的微生物質素備受關注。

若處理過程不合衛生，麵包和三文治或會受致病微生物(例如可能存在於人類皮膚上的金黃葡萄球菌)污染。此外，在烘焙後添加的餡料，其微生物質素也會影響製成品的安全和衛生質素。舉例說，部分餡料或含有生的配料(例如新鮮蔬菜)，而這些配料可能天然含有多種微生物，如霉菌、酵母菌和細菌。其他配料(例如肉類)如未經徹底煮熟，可能含有沙門氏菌類等對人體有害的細菌。雖然徹底煮熟餡料後，大部分微生物都會被消滅，但某些細菌的孢子(例如蠟樣芽胞桿菌的孢子)即使經過烹煮仍可能存活。因此長時間在溫室貯存這些微生物

風險較高的麵包和三文治，可能會令微生物滋生，孢子發芽、繁衍，甚至產生耐熱的毒素。

為確保食物安全，製作麵包和三文治時採取食物安全措施十分重要。

一般製作麵包和三文治的流程圖



有關配製麵包和三文治的食物安全措施

要為消費者配製既安全又合乎衛生的食物(包括麵包和三文治)，業界日常運作時必須遵從“食物安全五要點”：

1. **精明選擇** (選擇安全的原材料)
2. **保持清潔** (保持雙手及用具清潔)
3. **生熟分開** (分開生熟食)
4. **煮熟食物** (徹底煮熟食物)
5. **安全溫度** (把食物存放於安全溫度)

以下是一些在製作麵包和三文治時如何實踐“食物安全五要點”的實用提示：

選購及接收

- 從認可及可靠的來源購買食物和食物配料。
- 選購未超逾食用限期的食物。
- 選用新鮮及合乎衛生的食物配料，並在接收配料時檢查品質。

貯存

- 把食物及配料(包括醬汁和餡料)貯存於安全溫度，例如把易變壞的食物(包括已開封的預先包裝沙律醬)貯存於攝氏4度或以下。
- 最好用兩個雪櫃分開貯存生的食物和經煮熟或即食食物(包括即食餡料)。
- 如需把生的食物和經煮熟或即食食物貯存在同一雪櫃：

- 以有蓋的容器貯存食物，避免生的食物與經煮熟或即食食物接觸。
- 把經煮熟或即食食物放在雪櫃上格，生的肉類、家禽及海產放在下格，以免生的食物的汁液滴在經煮熟或即食食物上。
- 按照先入先出的原則貯存食物。不要使用已超逾食用限期或預計保質期的食物。
- 在配製櫃台上只存放適量的三文治餡料。

配製

- 審慎估計每款麵包、三文治及餡料的需求，以免製作過量。
- 預先計劃製作時間，避免過早配製麵包和三文治及餡料。
- 如以罐頭魚製作麵包和三文治，應使用分量合適的罐頭，並在開罐後把魚貯存於攝氏4度或以下，避免存放在室溫過久。罐頭魚開罐後如處理和貯存不當，可產生大量組胺，引致食物中毒(稱為組胺中毒或鯖魚中毒)。
- 清洗蔬菜時應注意以下事項：
 - 在實際情況容許下，使用專用洗滌槽來徹底洗淨蔬菜。
 - 經常更換洗濯蔬菜的水，以防止散播細菌。
 - 如使用消毒劑處理蔬菜，則應選用適當的消毒劑及遵照製造商的使用指示(例如使用的方法及用量)。

- 應保持接觸食物的設備和工具的表面清潔衛生。
- 使用不同的用具來分開處理生的食物和經煮熟或即食食物，例如以不同顏色標籤用具(包括砧板和刀)：

紅色 - 生的食物

藍色 - 經煮熟的食物

綠色 - 即食食物

烹煮(如適用)

- 把雞肉、牛肉和豬肉等須烹煮的配料徹底煮熟，食物的中心溫度達攝氏75度或以上，並維持至少30秒。

冷卻(如適用)

- 盡快(在2小時內)把食物的溫度由攝氏60度降至攝氏20度；並在4小時或更短的時間內把食物的溫度由攝氏20度降至攝氏4度。

存放/運送

- 除了一些可於保質期內在室溫安全貯存的麵包(例如烘焙後無需再處理和沒有含易變壞餡料的麵包捲和餐包)，在一般情況下，麵包和三文治在妥為冷卻後：
 - 如放在室溫少於2小時(包括運送時間)，可放入雪櫃待用，或在總時限4小時內使用。
 - 如放在室溫超過2小時但少於4小時(包括運送時間)，應在總時限4小時內使用，不應再放入雪櫃。
 - 如放在室溫超過4小時(包括運送時間)，應立即棄掉。



- 烘焙後須再處理和含易變壞餡料的麵包和三文治，應在攝氏4度或以下的溫度運送、貯存和陳列，而運送、貯存和陳列這些製成品的設備也應盡可能設有準確的溫度控制及監測儀器。
- 採取適當措施，確保以先做先吃的方式供應麵包和三文治，例如以日期及時間編碼來顯示貯存時間。切勿向消費者供應已超逾食用限期的麵包和三文治。

個人衛生

- 時刻保持良好個人衛生習慣，包括：
 - 在處理食物前後、配製食物期間或如廁後，以流動清水和梘液徹底清洗雙手20秒；
 - 穿着清潔、淺色的外衣或工作服；
 - 配製食物期間，切勿吸煙或進食。外露的傷口應貼上顏色鮮亮的防水膠布或戴手套；
 - 如染上或懷疑染上傳染病或出現感冒、腹瀉、嘔吐、發燒、咽喉痛及腹痛等病徵，應暫停處理食物。

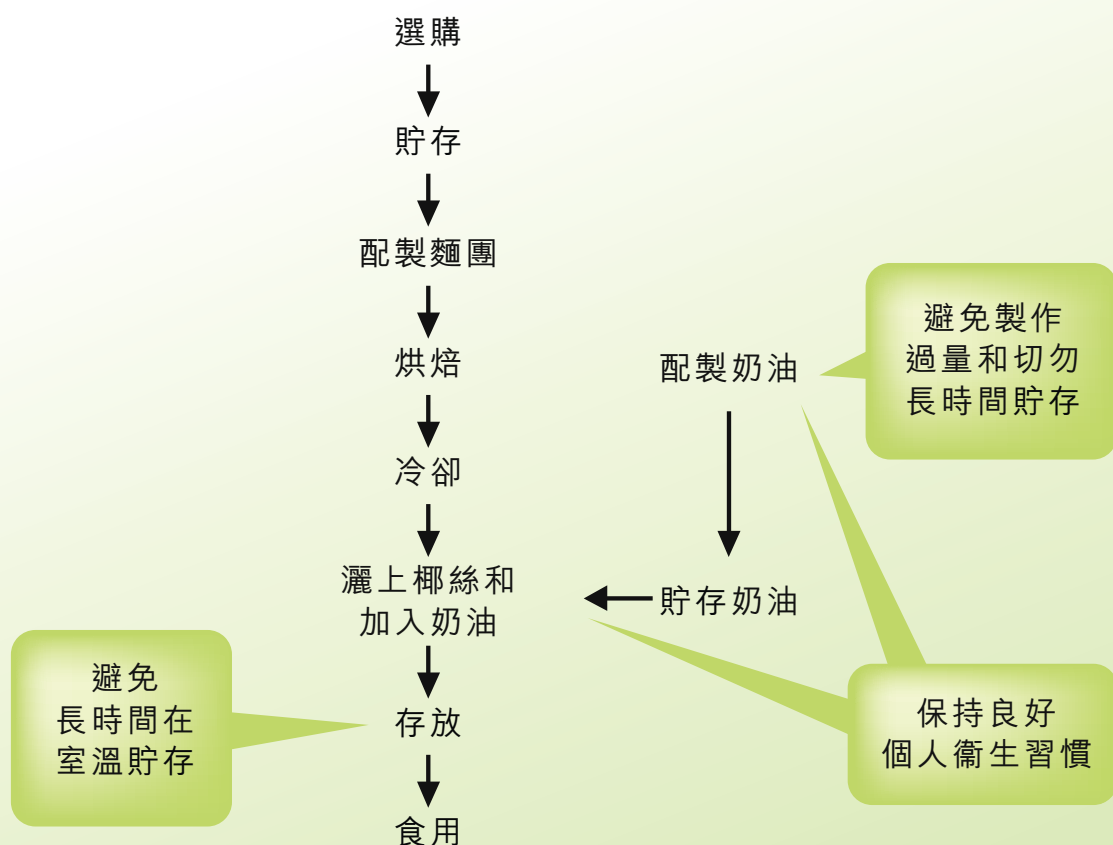
製作微生物風險較高的麵包的安全提示

根據近期進行的研究，一些本港市面有售的風險較高的麵包，例如椰絲奶油包和熱狗，微生物質素欠佳。烘焙後受到污染、貯存不妥善和處理過程不合衛生等因素，都會影響食物的微生物質素。要確保食物安全，製作這些食品時要倍加注意下列重點。

A. 製作椰絲奶油包* 的食物安全提示

椰絲奶油包是在麵包表面灑上椰絲，再加入奶油餡料而製成的。配製椰絲奶油包前會先烘焙麵包，待麵包冷卻後再進行人手處理工序，包括切開麵包、灑上椰絲和加入奶油。製作椰絲奶油包時，須特別留意以下措施：

- ✓ 審慎估計包括奶油餡料在內的需求，以免製作過量。
- ✓ 使用不同的用具分開處理生的食物和經煮熟的食物(即麵包)。
- ✓ 由於高糖分不利致病微生物生長，一些人造奶油可以安全存放在室溫下。如有疑問，應向供應商查詢。
- ✓ 避免長時間在室溫下貯存椰絲奶油包；把放在室溫超過4小時的椰絲奶油包棄掉。
- ✓ 時刻保持良好個人衛生習慣。

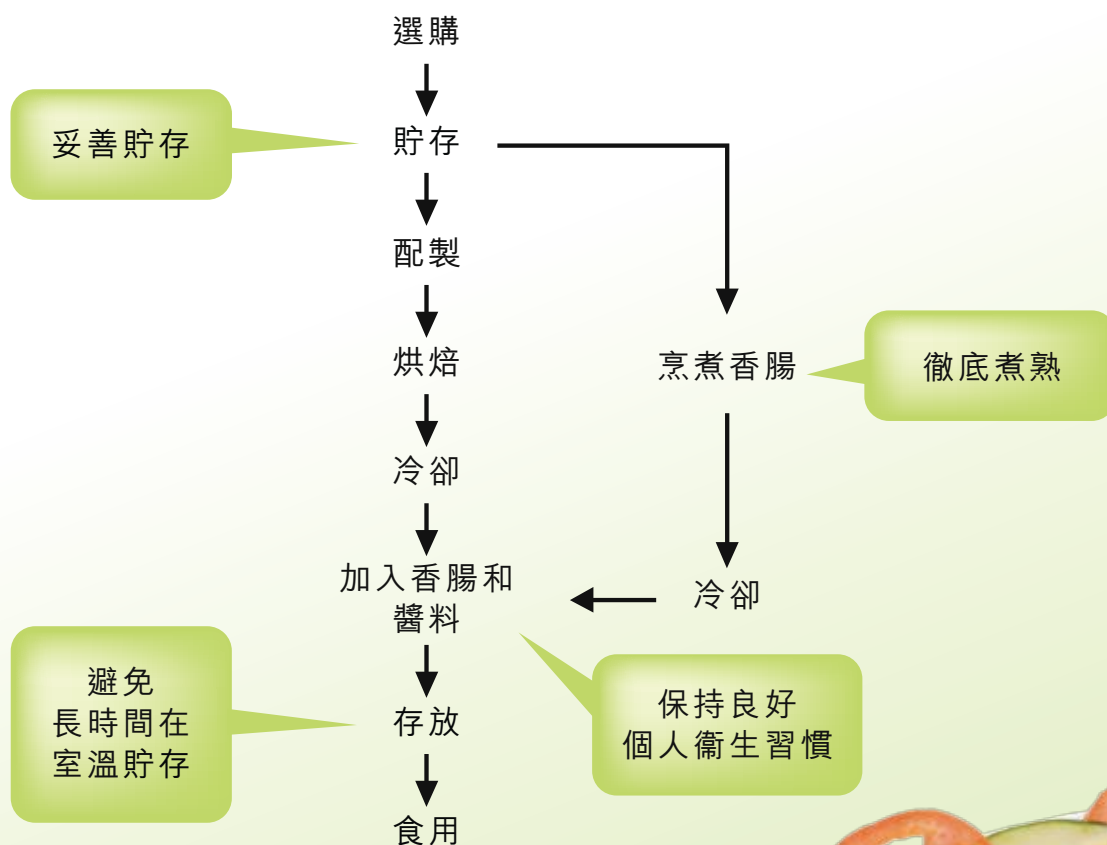


* 製作流程或因作業模式不同而有差異

B. 製作熱狗* 的食物安全提示

熱狗是在經切開的麵包內加入香腸、茄汁、芥末、酸瓜等多種配料而製成的。有些食物業處所會自己烘焙麵包，有些則會使用由供應商提供的麵包，然後以人手把麵包切開，再加入香腸和其他配料。製作熱狗時須特別留意以下措施：

- ✓ 妥為貯存配料；把易變壞的配料貯存在攝氏4度或以下。
- ✓ 審慎估計需求，以免製作過量。
- ✓ 除即食香腸外，香腸應徹底煮熟，其中心溫度須達攝氏75度或以上，並維持至少30秒。
- ✓ 把放在室溫少於2小時的熱狗放入雪櫃；把放在室溫超過4小時的熱狗棄掉。
- ✓ 時刻保持良好個人衛生習慣。



* 製作流程或因作業模式不同而有差異

