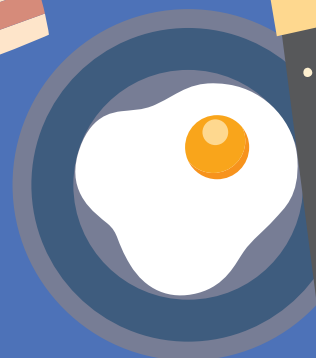
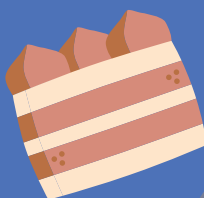
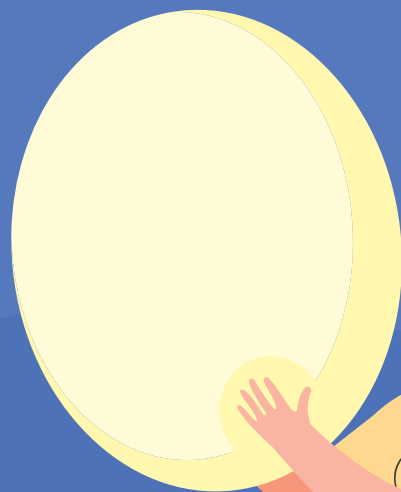
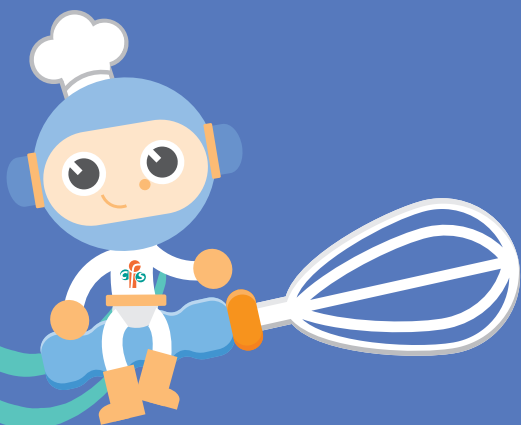





# 蛋及蛋製品

## 給食物業的 食物安全指引





本指引是為烹製和售賣蛋及蛋製品的食物業界（包括外賣店或透過流動應用程式接受訂餐的食肆）而編製，目的在於協助食物業處所在配製食物的過程中採取適當的食物安全措施，以烹製和售賣既合乎衛生又可供安全食用的蛋及蛋製品。

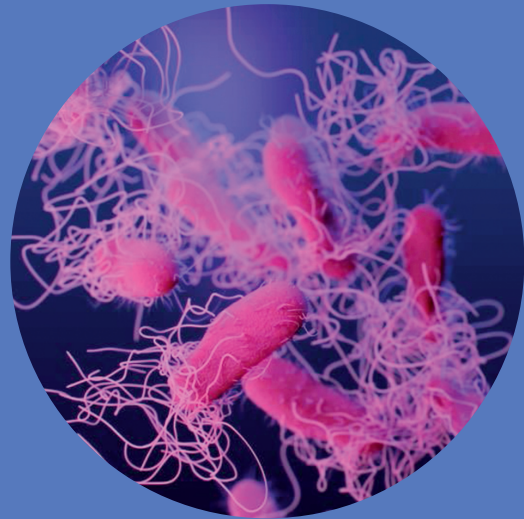


# 引言

本港食肆時有涉及蛋或蛋製品的食物中毒個案發生。蛋及蛋製品處理不當，例如蛋未經徹底煮熟及烹煮後貯存溫度不當，是引致上述食源性疾病的原因。

## 小心沙門氏菌

蛋可能含有一類稱為沙門氏菌的細菌，可使人患病。家禽可能帶有沙門氏菌等細菌，可在蛋殼尚未形成之前污染蛋的內部。蛋殼也有可能受家禽糞便中的沙門氏菌污染，沙門氏菌可能會透過蛋殼上的小孔或裂紋進入蛋內。



照片來源：美國疾病控制及預防中心



蛋的內部如受沙門氏菌污染，  
看來可與正常無異。

## 預製混合蛋漿有風險

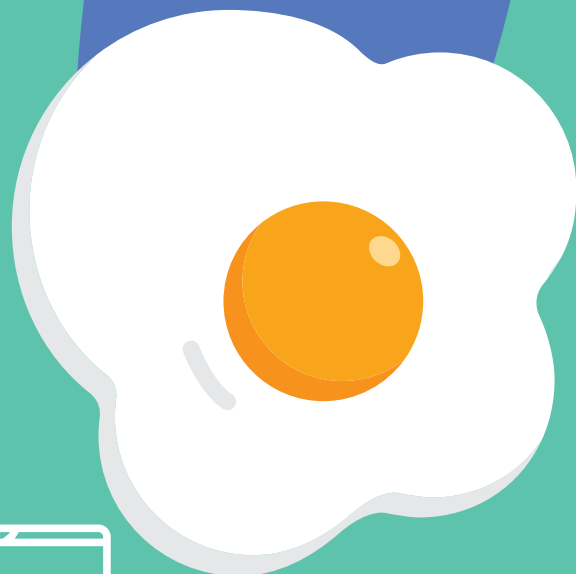
除了處理不當外，在配製食物時使用以生蛋製成的混合蛋漿，也會大大增加食物污染的風險。混合蛋漿是指將多隻蛋打入容器中，混合而成的蛋漿，用於製作多份蛋類菜式或用於多種食譜。如烹煮得當，以生的混合蛋漿製作的蛋類菜式不會引致疾病。然而，如有一隻蛋受感染，把蛋混合便會使蛋漿中其餘多隻蛋都受到污染。此外，受污染的混合蛋漿在溫暖的環境中可成為致病菌的來源，並且可透過用具及雙手接觸使其他食物或食物接觸面受到污染。

為了確保所供應的食物適宜供人食用，烹製蛋及蛋製品時採取適當及足夠的食物安全措施是十分重要的。



# 烹製蛋及蛋製品的一般流程圖

以下為安全烹製蛋及蛋製品的一般流程圖，業界可根據製作需要或製成品的性質來選擇適合的步驟。至於詳細的建議，請參閱接下來數頁的內容。



## START



採購 + 接收



貯存



食物會經熱處理嗎？

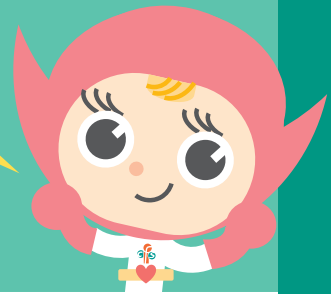


- 選用經巴士德消毒的蛋、蛋漿或蛋粉來製作無需熱處理的菜式

- 把有殼蛋貯存在雪櫃內
- 檢查食用期限
- 按照先入先出的原則使用



熱食要維持於攝氏60度以上



## 逐次打蛋

>60°C



熱存

烹煮

逐次打蛋

製作混合蛋漿

製作混合蛋漿有其風險  
相關的安全措施  
詳載於第10頁

混合/  
用作配料

冷存

冷食要維持於攝氏4度或以下

- 徹底煮熟至中心溫度達攝氏75度或至蛋黃凝固



### 例子

- 煎蛋
- 滑蛋飯

### 例子

- 芒果布甸
- 意大利芝士蛋糕
- 沙律醬



≤4°C



- 提醒顧客盡快食用外賣食物
- 避免把略煮或生的蛋類菜式列於外賣餐牌上供顧客選購

- 製作不經熱處理的食物時，不宜使用預先製備的混合蛋漿

# 烹製蛋及蛋製品的食物安全措施

## 食物安全五要點

為了配製安全衛生的食物，包括蛋及蛋製品，業界在日常運作中必須遵循「食物安全五要點」：



**保持清潔**  
保持雙手及用具清潔



**精明選擇**  
選擇安全的原材料



**分開處理**  
分開生的食物及  
即食食物

**安全存放溫度**  
把食物存於安全溫度



**煮熟食物**  
徹底煮熟食物




以下是一些在烹製蛋及蛋製品時可供納入食物安全計劃中的實用貼士。如烹製生或未煮熟的蛋製品，應同時採取黃色字框中載列的額外措施。

## 1

### 採購及接收

- 向可靠的供應商採購清潔及蛋殼完整的蛋。
- 避免使用有裂紋的蛋，因為這些蛋較易受到污染，故對健康構成較高的風險。
- 有殼蛋是不用清洗的，但如沾有家禽糞便，可將之清洗。洗淨的蛋應立即使用。

- 
- 選用經巴士德消毒的蛋、蛋漿或蛋粉來製作無需熱處理的菜式。
  - 一些在認證制度下生產的有殼蛋由於其生產鏈中採取了一系列控制措施，因此可供生吃或略煮後食用。為了確認這些控制措施在確保食物安全方面可予接受，應查核有關的證明文件。然而，某些控制措施（例如接種疫苗）對健康的家禽只有部分保護作用，蛋的質素仍要視乎農場的管理是否良好。
  - 食用生或未煮熟的蛋仍然存有微生物污染風險，在需要生蛋的菜式中，使用經巴士德消毒的帶殼蛋或蛋漿以及蛋粉是較為安全的選擇。
  - 雞蛋以外的蛋類（如鴨蛋、鵝蛋、鵪鶉蛋）受沙門氏菌污染的風險較高，故不應用於生的或稍微煮熟的蛋類菜式。

## 2

### 貯存

- 妥善存放蛋類和蛋類代用品：
  - 將帶殼蛋存放在陰涼乾燥的地方，最好放入雪櫃內，這樣可以抑制細菌生長並延長蛋類的保質期。
  - 經巴士德消毒的帶殼蛋或蛋漿必須存放在雪櫃內。
  - 已開封的經巴士德消毒的蛋漿應盡快使用。
  - 將蛋粉儲存在密封容器中，並置於陰涼乾燥的地方。
- 按照先入先出的原則貯存及使用蛋。不要使用已超逾食用期限或預計保質期的蛋。
- 最好使用不同的雪櫃分開貯存生的食物（包括蛋）及即食食物。
- 如須把有殼蛋及即食食物貯存在同一雪櫃內，應以容器存放即食食物，並置於雪櫃上格，生的食物則放在下格。
- 如需要製備混合蛋漿，應於一天內用畢，用剩的必須丟掉。

（註：混合蛋漿有其風險，故不應用於生或略煮的菜式，詳情請參閱第10頁。）

### 3

## 配製

- 煮食設備及用具的食物接觸面應保持清潔衛生。
- 處理即食食物時，應戴上用後即棄的手套。手套如有損壞、弄污，或因暫停工作而除下，便應棄掉。
- 使用不同的用具分開處理生的食物及即食食物。

- 蛋打開後應立即使用。
- 為了減少交叉污染，把蛋白與蛋黃分開時，應使用清潔的分蛋器，不應使用蛋殼，因為蛋殼表面如有沙門氏菌，可能會沾染到蛋漿中。



### 4

## 烹煮 (如適用)

- 徹底煮熟至中心溫度達攝氏75度或至蛋黃凝固。

### 5

## 冷/熱存

- 蛋及蛋製品煮熟後如供熱食，在上菜前應保持於攝氏60度以上，冷食則應保持於攝氏4度或以下。這也適用於需要運送的食物，例如在工廠生產的蛋製品。
- 一般而言，蛋煮熟後如置於室溫：
  - 不超過2小時，可放入雪櫃待用或在總時限4小時內食用。
  - 超過2小時但少於4小時，應在總時限4小時內食用，不應再放入雪櫃。
  - 超過4小時，便須棄掉。
- 採取適當措施，確保預先烹煮或預製的蛋配料先做先用，例如以日期及時間編碼來顯示貯存時間。
- 如提供外賣或外送餐盒，應縮短外送食物置於沒有溫度控制下的時間。在適當時，應提醒顧客盡快食用。
- 外送食物應放入保溫容器內，並應避免過早烹製食物。
- 備存記錄，並遵行時間與溫度的要求，特別是外送食物及需要運送的食物。

- 不要把蛋存放在低於攝氏60度的雙層蒸鍋（亦稱隔水蒸鍋或熱水保溫鍋）或慢煮鍋中，因為細菌可在這個危險溫度範圍內滋生，增加食物中毒的風險。
- 如提供流動應用程式訂餐服務或外賣餐盒，應避免所供應的菜式含有生或未煮熟的蛋。



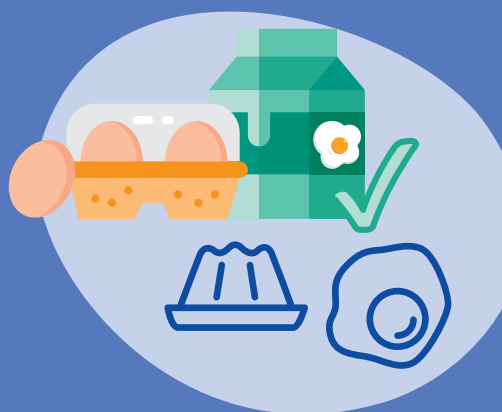


## 6

## 良好的衛生習慣

- 經常保持良好的個人衛生習慣，包括：
  - 在處理食物前、處理生蛋後、配製食物期間及如廁後，立即/經常以流動清水及視液徹底清洗雙手20秒。
  - 洗手及乾手設施應設於食物配製或製作區的適當位置，以確保食物處理人員可隨時使用。如可能的話，應設有無須用手開關的水龍頭及即棄紙巾，以防雙手洗淨後再受污染。
- 徹底清潔和消毒所有接觸過蛋的用具、設備及食物接觸面。

綜合以上所述，烹製蛋及蛋製品時要留意六大要點：



採用經巴士德消毒的蛋  
製作含生或半生熟蛋的菜式



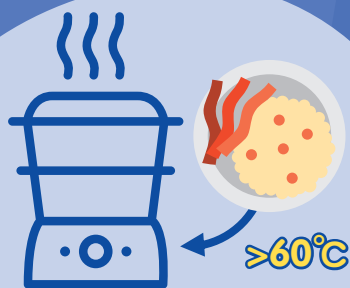
保持雙手、用具  
及工作地方清潔



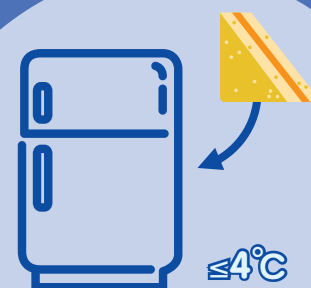
慎用混合蛋漿  
並須一天內用畢



蛋須煮至攝氏75度或以上  
或至蛋黃凝固



如非立即進食，  
熱食須保持於攝氏60度以上



凍食存放在攝氏4度或以下  
而非置於室溫

# 就生或未煮熟的蛋及蛋製品 向消費者作出食用忠告

為了讓消費者（特別是孕婦、嬰幼兒、長者及免疫力弱人士等高危人士）知悉進食生或未煮熟的蛋及蛋製品的風險，食物業界可在餐牌上就此等食物給予消費者食用忠告或提示。忠告字句應清楚易讀，並展示於餐牌的顯眼位置。除餐牌外，在合適情況下，業界也可在菜單展示板、小冊子、指示牌、食品標籤及標語牌上作出食用忠告。

以下是食用忠告示例：

食用生或未煮熟的食物，可增加患上食源性疾病的風險，尤其是孕婦、嬰幼兒、長者及免疫力弱人士。

下列為一些可能含有生或未煮熟的蛋的蛋類菜式例子。如用以製作這些菜式的蛋或蛋配料未經巴士德消毒，或未有煮熟至中心溫度達攝氏75度，應在餐牌上向消費者作出食用忠告。

- 炒滑蛋/煎太陽蛋/蛋黃微熟的雙面煎蛋/奄列
- 水波蛋/溏心蛋
- 高力豆沙
- 梳乎厘班戟
- 蛋白酥/蛋白批

- 意大利芝士蛋糕/免焗芝士蛋糕
- 布甸/吉士/慕司
- 賽螃蟹
- 窩蛋牛肉
- 卡邦尼意粉
- 自製/食肆製作的沙律醬或三文治醬

此外，食物業經營者可為高危人士提供全熟的選擇。舉例來說，如有顧客點賽螃蟹，而顧客當中有長者，可建議把菜式中的生蛋黃改為全熟蛋或其他煮熟的配料。



# 製作混合蛋漿的食物安全措施

混合蛋漿是指將多隻蛋打入容器中，混合而成蛋漿，用於製作多份蛋類菜式或用於多種食譜。為了節省時間和控制分量，製作混合蛋漿是一些食肆常見的做法。由於混合蛋漿含有細菌的機會較大，因此應徹底煮熟，不應用於製作生或略煮的菜式。

如需要製作混合蛋漿，為了降低微生物風險，可採取下列額外的食物安全措施：

- 盡可能採用經巴士德消毒的蛋來製備混合蛋漿。

- 盡可能製備只供烹製一客菜式的混合蛋漿，烹製後立即供顧客食用。

- 小心不要把生蛋濺到其他食物或接觸面上。

- 預先計劃製作時間，避免過早製備混合蛋漿；盡可能在烹煮前才把蛋混合製成蛋漿。

- 製作混合蛋漿後，清洗打蛋器、其他用具及雙手。

- 並非即時使用的混合蛋漿應以有蓋容器貯存在攝氏4度或以下的雪櫃內，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。

- 混合蛋漿應徹底煮熟至中心溫度達攝氏75度，或經同等的熱處理。

- 混合蛋漿煮熟後如稍後才食用，熱食應存放於攝氏60度以上，凍食應存放於攝氏4度或以下。



採購+接收



貯存



製作混合蛋漿



貯存



烹煮



冷/熱存



食用





食物環境衛生署食物安全中心出版。  
政府物流服務署印。  
(2020年12月)

第二版 (2022年6月)

[cfs.gov.hk/eggs](https://cfs.gov.hk/eggs)



[cfs.gov.hk](https://cfs.gov.hk)

