

# 食物安全通訊

二零零八年 第四期

食物安全中心出版



## 目錄

### 專題特寫

- (I) 認識食物安全五要點  
減低危害與風險
- (II) 冬日盆菜
- (III) 冬日火鍋多滋味  
安全食用要緊記
- (IV) 知多一點點—防潮乾燥劑
- (V) 內地奶粉含「三聚氰胺」  
事故

### 讀者園地

海產、壽司刺身潛在危機 -  
副溶血性弧菌

### 食物新知

膳食纖維知多少

### 活動介紹

『食物安全「誠」諾』承諾人  
專訪

### 食物安全計劃園地

製作白切雞的重點控制

### 法例淺釋

- (I) 三聚氰胺法例規管
- (II) 《2008年公眾衛生及市政  
(修訂) 條例草案》

# 認識食物安全五要點 減低危害與風險

專題特寫 (I)

正確處理食物可有效預防由食物引起的疾病，因此食物安全中心根據世界衛生組織的建議，制訂了一套簡單易記的「食物安全五要點」，向市民宣傳正確處理食物的方法。

## 何謂食物安全五要點？

### 1. 精明選擇

精明的消費者應選擇光顧衛生及信譽可靠的店鋪，確保食材新鮮衛生，例如要選購表面無破損及瘀傷的蔬果、不要選購罐身膨脹/ 凹陷/ 有裂縫的罐裝食物。消費者亦要細閱食物標籤，選購未超逾食用限期的食物。

### 2. 保持清潔

不潔的雙手或用具可以傳播病菌，引致疾病。要減低此風險，配製食物時要保持清潔，注意衛生。緊記在處理食物前、配製食物期間、進食前及處理垃圾後，用溫水和梘液徹底清洗雙手。

每次使用用具和工作枱後，用乾淨的布或刷子、熱水和清潔劑清洗乾淨，清除食物殘渣和油脂，減少細菌滋生。

廚房是配製和烹調食物的地方，所以必須保持清潔，食物殘渣需妥善包好並棄置於有蓋垃圾桶內，防止蟲鼠滋生。



### 3. 生熟分開

很多由食物引致的疾病的個案都是由交叉污染引起。交叉污染是指細菌由一種食物傳給另一種食物。細菌可以透過直接傳播(當一種食物或它的汁液接觸到另一種食物)或間接傳播(經雙手、砧板、抹布等傳給另一食物)污染食物。要減少交叉污染，應由分開生熟食著手。

處理生的食物和經煮熟/即食食物(如白切雞或水果)時，使用不同的用具，並以不同顏色標籤用具(包括砧板和刀)。試味和攪拌或混合食物時，亦需使用不同的用具。



### 4. 煮熟食物

由食物傳播的疾病的個案中，約兩成是因為沒有徹底煮熟食物引致的，因此徹底煮熟食物可減低食物引致的疾病。



冷藏食物在烹煮前應用正確方法解凍，例如放進微波爐、雪櫃冷凍格或放在流動的水喉水下解凍。

高溫烹煮一般可殺死附於食物的細菌，所以烹調食物時，使用食物溫度計量度食物中心溫度是否達到攝氏75度。如未配備食物溫度計，亦應徹底煮熟或翻熱食物至滾燙，然後檢查食物狀況，確定烹煮的肉類和家禽肉汁清澈及不呈紅色，切開已煮熟的肉時沒有見血。烹煮湯羹及炆炖類食物，應煮沸並維持最少一分鐘。

倘若使用微波爐煮食，應先蓋好食物，並於烹煮期間取出食物攪拌或翻動數次，確保食物徹底煮熟。

### 5. 安全溫度

購買食物材料後，要在兩小時內把熟食及易腐壞的食物放進雪櫃。

用溫度計檢查雪櫃內的溫度，確保冷凍格的溫度保持在攝氏4度或以下，冷藏格的溫度保持在攝氏零下18度或以下。

食物於煮熟後若貯存不當，往往容易變壞並滋生細菌。因此，煮熟的食物應立即進食及避免置於室溫超過兩小時。熟食如非供即時進食，應熱存於攝氏60度以上。

只要從生活細節上作出適當配合，要遵行「食物安全五要點」絕非難事。安全飲食在你手，「食物安全五要點」，讓你食得開心又放心。



# 冬日盆菜

專題特寫 (II)

天氣清涼，又是吃盆菜的季節。盆菜的材料種類繁多，製作工序繁複，準備時間相對較長，引致交叉污染機會大增。故市民於選購或自行製作盆菜時，必須份外留神，確保食物安全。

## 選購盆菜需注意事項：

1. 應向信譽良好的持牌供應商訂購盆菜，切勿光顧無牌食肆；
2. 於訂購盆菜前，除注意盆菜的用料和價錢外，應向供應商了解：
  - 供應商於製成盆菜後，如何保存盆菜的溫度 (盆菜製成後，應避免於室溫下存放過久，其溫度應保持在攝氏4度或以下或攝氏60度以上)；
  - 顧客是否需將盆菜翻熱及該用何種方法處理；
  - 盛載盆菜的容器是否適宜翻熱等；
3. 訂購時，需清楚訂明提取盆菜的時間，避免供應商過早烹煮盆菜；
4. 避免過早提取盆菜，運送期間應使用保溫設備，以免盆菜在室溫下存放過久，引致細菌滋生，增加食物中毒的風險；
5. 若對盆菜在運送或貯存期間的溫度有所懷疑，應向供應商查詢。

## 自行製作盆菜需注意事項：

1. 向信譽良好的零售商選購材料；
2. 製作盆菜要使用大量食物及烹煮工具。小心計劃製作盆菜的程序，可防止交叉污染及避免過早烹煮食物；
3. 解凍冷藏食物時，應把食物放於雪櫃凍格內，或以流動的水喉水進行解凍；
4. 高風險食物如海產和肉類必須徹底煮熟；
5. 材料在煮熟後如須貯存，應熱存於攝氏60度或以上，或在盡快冷卻後存放在攝氏4度或以下；
6. 為避免交叉污染，生和熟的食物需蓋好分開貯存於雪櫃內。熟的食物應存放在上層，而生的食物則應存放在下層；
7. 使用不同及易於識別(例如不同顏色)的用具來分開處理生熟食物；
8. 製作盆菜前應徹底清潔和消毒所有食物接觸面 (例如：食具、砧板、煮食用具等)；
9. 保持良好個人衛生，若患上腸胃炎或感冒等傳染病，便不應處理食物；
10. 處理食物前、如廁或觸摸不潔物後 (如清理垃圾)，要用溫水和梘液徹底清潔雙手。

## 食用盆菜時需注意事項：

1. 提取或烹煮盆菜後應盡快進食，食物不可存放於室溫超過兩小時；
2. 食用時需使用公筷和公匙等，並需一次過享用，以確保食物安全衛生；
3. 如發現食物出現異樣，例如味道或氣味有異，應立即停止食用，並盡快與供應商或食物環境衛生署聯絡。



# 冬日火鍋多滋味 安全食用要緊記

專題特寫 (III)



隨著天氣轉涼，圍爐共享暖暖火鍋乃香港人至愛。火鍋配料形式式，當中包括肉類、蔬菜及海產如貝類、生蠔等，配以不同湯底及佐料，共治一爐，確令人食指大動。然而，享用火鍋亦潛在一定的風險，如食物處理不當或食物未經徹底煮熟，食物中的大腸桿菌、霍亂弧菌、副溶血性弧菌、諾沃克病毒、甲型肝炎病毒、寄生蟲幼蟲等致病原，會引致食物中毒或其他腸道傳染病。

所以，大家無論在外或於家中進食火鍋時，均需注意「食物安全五要點」，以減低染病的風險。

## 1. 選用新鮮食物材料

- ~ 向持牌及信譽良好的店鋪購買食材；光顧持牌及信譽良好的食肆。
- ~ 小心檢查食物是否新鮮、包裝是否完整，留意包裝上的食物標籤，以免購入受污染或過期之食物。
- ~ 留意飼養海產的容器和養水是否清潔衛生，切忌購買發出異味及外殼不完整的貝類海產。

## 2. 貯存食物於適當環境及溫度

- ~ 新鮮的火鍋材料應以乾淨容器盛載及蓋好，並存放於攝氏4度或以下的雪櫃內，待進食時方取出來。
- ~ 切忌於室溫解凍食物，以免細菌繁殖。冷藏食物應預先存放在雪櫃的冷凍格，或於進食前用微波爐解凍。

## 3. 保持食物、食具及雙手清潔

- ~ 進食前，所有食材必須徹底洗淨。蔬菜清洗後浸於清水中約一小時，才可烹煮。



- ~ 小心處理貝類海產，洗刷乾淨外殼，再浸於清水中半天或以上，待其自行清濾體內污物，並於烹煮前除去其內臟。
- ~ 注意個人衛生，處理食物前後及如廁後，必須以溫水和梘液徹底清潔雙手。
- ~ 盛載過生食物的器皿和用具，必須徹底洗淨消毒才可再次使用。



#### 4. 分開處理生熟食物

- ~ 使用兩套不同的筷子及用具來處理生熟食物，避免交叉污染。
- ~ 盡量將生熟食物分開擺放，以減低交叉污染的機會。



#### 5. 徹底煮熟食物

- ~ 魚、肉類等應切成薄片，丸類應剪開至中心部份，以加快受熱速度。
- ~ 於烹煮前先去殼，使其較易熟透。
- ~ 必須待湯底煮沸後才放食物進鍋內烹煮；每次加水後，應待湯底再次煮滾才繼續煮食。
- ~ 食物必須徹底煮熟才進食，高風險的食物如海產應放在沸水中烹煮最少五分鐘。
- ~ 避免進食生雞蛋或將生雞蛋混合醬料蘸熟食，以防沙門氏菌性食物中毒。

## 知多一點點 - 防潮乾燥劑

專題特寫 (IV)

為保存食物品質，控制受潮情況，減低霉菌產生，以延長上架期限，市面上很多預先包裝食物，特別是易於受潮的食物如即食紫菜(海苔)、餅乾或酥脆等，其包裝內會附有防潮乾燥劑，當中以防潮矽珠(silica gel)及氧化鈣(calcium oxide)兩種最為常用。

防潮矽珠(silica gel) / 二氧化矽(silica dioxide)為天然產生的礦物，經由淨化並處理成粒或珠狀。其生物及化學性並不活躍。市民如意外吞下少量防潮矽珠，不會構成傷害性之影響。

氧化鈣(calcium oxide)，亦稱生石灰(quicklime)，呈白色粉末狀，可有效控制濕度，並能將水氣控制至低於相對濕度百分之十之內，故多應用於包裝脫水或需置於低濕度環境的食物(例如：餅乾或酥脆類食物)。氧化鈣接觸水份後會變為腐蝕性，若不慎吞食可引致灼燙感覺、胃部抽搐或肚瀉。

其他防潮乾燥劑還包括活性炭(activated carbon)、石灰(clay)及氯化鈣(calcium chloride)等，由於它們的成本較高，故較少被採用。

誤食乾燥劑的事件時有所聞，故市民應注意防潮乾燥劑潛在的危險。包裝食物一經開封後，應立即棄掉內置的防潮乾燥劑小包，以免長者或小孩誤食；如發現防潮乾燥劑小包破裂，應立即將整包食物棄掉。

# 內地奶粉含「三聚氰胺」事故



今年九月內地傳出多名嬰兒飲用受三聚氰胺污染的嬰兒配方奶粉後患上腎結石，事件受到高度關注；其後內地當局宣布，在某些內地製造及銷售的嬰兒配方奶粉中驗出三聚氰胺，當中以三鹿牌的三聚氰胺含量最高，達百萬分之二千五百六十三，以致年幼嬰兒可能難於將其排出體外，因而患上腎病，包括出現泌尿系統結石。

雖然香港沒有三鹿牌嬰兒配方奶粉售賣，但食物安全中心於跟進行動中發現本港一些奶類及奶類產品含有三聚氰胺。為保障市民健康及安全，中心積極進行食品檢測，並透過新聞公布及中心網頁發放有關的最新消息。此外，中心亦設立熱線，解答市民查詢。

## 甚麼是三聚氰胺？

三聚氰胺為工業用化學物，本用作生產三聚氰胺樹脂，以製造膠水、紙品、紡織品及塑膠製品（包括餐具和廚房用具）等。除了因進食經攪雜的食物而攝入三聚氰胺外，一般人攝入三聚氰胺的機會不大。世界各國均嚴禁使用三聚氰胺作為食物配料或食物添加劑，然而，有人為提高食品氮含量水平，以便在進行蛋白質測試時得到較高蛋白含量的假象，於是在製造食品過程中加入三聚氰胺。

## 三聚氰胺對健康的影響

三聚氰胺的急性口服毒性甚低。實驗已證明動物攝入過量三聚氰胺會出現泌尿系統結石。另外，實驗研究顯示，三聚氰胺不會破壞細胞中的基因物質，亦沒有證據顯示三聚氰胺可令人類患癌或引致畸形胚胎。然而人體若攝取一定份量的三聚氰胺，可引致尿道出現結晶體；如情況嚴重，結晶體可形成腎結石，阻塞腎臟內的細小管道，令患者無法排尿及出現腎衰竭，嚴重者更可引致死亡。

由於嬰兒以奶類為主要食物，若進食含三聚氰胺的奶類產品，其攝入的三聚氰胺份量按人體體重計算會較進食多種類食物的成年人為高，故他們所受影響及風險相應倍增。根據內地提供的流行病學資料，超過百分之九十九的受害者為三歲或以下的幼童。受三聚氰胺影響的兒童可能會出現無故哭鬧，血尿，少尿或無尿（如患上急性腎衰竭），尿中排出結石，高血壓或腎臟範圍疼痛。

## 三聚氰胺的安全攝入量

三聚氰胺是除害劑滅蠅胺的代謝物，可存在於環境中。由於環境污染或透過三聚氰胺製成的食物處理器具釋出，所以食物可能含有微量三聚氰胺；因此“零容忍”的做法並不適用於三聚氰胺。

根據修訂了的《食物內有害物質規例》（第132AF章），奶類、擬主要供36個月以下幼兒食用的任何食物，以及擬主要供懷孕或授乳的女性食用的任何食物，其三聚氰胺含量均不得超過每公斤1毫克。至於其他食物，其三聚氰胺含量則不得超過每公斤2.5毫克。本港法定標準是根據風險評估訂定，能充份保障兒童及成人的健康。按正常的進餐份量，即使一個人每天進食的所有食物都含有三聚氰胺，而有關的含量均合符法定的安全標準，則這些食物仍然是安全的。

## 中心的監察及支援行動

中心自九月開始不斷抽取各款嬰兒奶粉、奶類、奶類產品及其他食品包括鮮奶、雪糕、雪條、酸乳酪、嬰兒食品、醫療用營養補充劑、即沖飲品、餅乾、蛋糕、麵包、朱古力及糖果等進行三聚氰胺測試。中心已參照三聚氰胺事件專家小組的建議，在第二階段的食物抽樣工作擴及食物原材料(如雞蛋)、肉類和蔬菜，並已於十一月十六日完成。中心亦已於十一月十七日展開第三階段的檢測，當中會再抽驗在先前兩個階段被驗出不合格的食物種類。

有關食品樣本檢測結果資料，請瀏覽網頁：

[http://www.cfs.gov.hk/tc\\_chi/whatsnew/whatsnew\\_fstr/whatsnew\\_fstr\\_Test\\_results\\_of\\_dairy\\_product\\_samples.html](http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/whatsnew/whatsnew_fstr/whatsnew_fstr_Test_results_of_dairy_product_samples.html)

## 給消費者的建議

1. 消費者關注進食問題產品可能會影響健康是可以理解的，但無須過分恐慌。
2. 如食品的二聚氰胺含量超出法定上限，消費者不應食用。
3. 按一般食用量進食三聚氰胺含量符合法定上限的食物後引致健康受損的機會不大。
4. 兒童如有不正常的排尿症狀（包括出現泌尿系統結石），以及曾長期進食含三聚氰胺的奶類產品，應就診求醫。

# 海產、壽司刺身潛在危機 - 副溶血性弧菌



在有美食天堂稱譽的香港，可盡享各國美饌。海鮮一向深得港人喜愛，而壽司、刺身以其鮮味取勝，近年更是大受歡迎。然而，在鮮味可口的背後，這些食物卻暗藏危機。海產類食物可能含有副溶血性弧菌，若製作時處理不當，便很容易引致食物中毒。故市民於製作或食用此類食物時，必須格外小心，以防染病。

## 引致食物中毒的副溶血性弧菌



副溶血性弧菌 (*Vibrio parahaemolyticus*) 是一種嗜鹽弧菌，多存在於海洋環境中及海產食物上，這種細菌的繁殖能力極高，在攝氏18至22度的室溫環境下數小時，即可以幾何級數繁殖，是引致食物中毒其中一種最常見的元兇。市民如食用未經徹底煮熟的海產（尤其是貝殼類海產），即有機會受到感染。

患者通常會在受感染後一至兩天內開始發病，症狀包括腹瀉、嘔吐、輕微發燒及腹痛等，只要補充水分和電解質及充足休息便可康復。但兒童、長者或胃病患者感染後，容易出現脫水，可能須要使用抗生素進行治療。

烹煮食物至攝氏75度或以上並持續三十秒，已可將副溶血性弧菌殺死。故預防食物中毒的最佳方法是徹底煮熟食物。

## 給市民的建議：

### 選擇新鮮的食物

- 光顧持牌及有信譽的商鋪。
- 小心留意食物的色澤和氣味是否有異 (不要進食欠缺光澤或發出異味的食物)。
- 小心留意食用期限，切勿進食過期食品。

### 保持清潔

- 必須保持個人衛生，處理食物、進食前和如廁後都要洗手。

### 分開處理生熟食物

- 注意食物衛生，避免生和熟的食物交叉污染。

### 徹底煮熟食物

- 海產類食物必須徹底洗淨及煮熟。

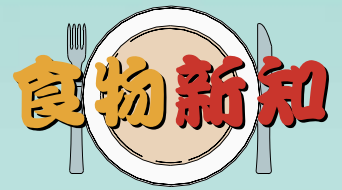
### 貯存食物於安全溫度

- 壽司和刺身類食物保質期短，若購買回家食用，運送及儲存時必須將食物適當地冷藏，購買後需盡快食用，避免長時間存放於室溫。



進食後如身體不適，需盡早求醫及聯絡食物環境衛生署。

# 膳食纖維知多少



這一期食物營養素專題的主角是近年推廣的「3低1高」健康飲食運動中的「高」——膳食纖維。我們從飲食中攝取的膳食纖維主要來自蔬菜、水果、全穀物、全穀物製品和豆類等。膳食纖維可分為水溶性和非水溶性兩大類，它們雖然不會被人體直接吸收，但對保持身體健康非常重要。以下的問答題可幫助你對膳食纖維有更深入的了解。

**問題一：兩種膳食纖維中，哪一種對人體健康較為重要？**

**答案一：**兩種膳食纖維對人體健康各有益處。非水溶性纖維（主要來自全穀物、蔬菜）可加快腸道蠕動，幫助排便及促進腸道健康。水溶性纖維（主要來自水果、豆類、燕麥）則可幫助減少血液內的膽固醇及穩定血糖水平。多進食各樣含豐富膳食纖維的食物可提供其他健康方面的益處（例如幫助控制體重），可謂一舉數得！

**問題二：每天要進食多少膳食纖維才算足夠？**

**答案二：**世界衛生組織建議一般成年人每日應進食不少於25克膳食纖維，並建議每人每天應進食400克（約10兩）或以上的蔬果，以減低患上肥胖症和某些心血管系統疾病的風險。大家進食足夠的膳食纖維之餘，勿忘飲用足夠的水分（每日約6至8杯）啊！

**問題三：怎樣才可以增加日常膳食纖維的攝取量？**

**答案三：**大家應盡量選擇高纖維含量的穀物和穀物製品，例如以紅米/糙米飯代替白米飯；全麥麵包代替白麵包；燕麥皮代替白粥等。此外，每天應進食至少兩份水果和三份蔬菜。大家要留意蔬果會因去皮或榨汁而減少膳食纖維的含量！



# 『食物安全「誠」諾』 承諾人專訪

## 活動介紹

食物安全中心於今年年中舉辦一系列宣傳「食物安全五要點」的活動，邀請各食物業協會及持牌食物業處所一起簽署『食物安全「誠」諾』，為食物業界樹立良好榜樣，從而建立一個食物安全的城市。截至二零零八年十一月一日，共有二十個食物業協會及超過一千五百間食物業處所簽署「誠」諾，成績令人鼓舞。

已簽署成為承諾人的車先生表示，顧客在選擇食肆時，除考慮食物的價錢和味道外，主要是考慮食肆的衛生情況，所以在未簽署『食物安全「誠」諾』前，他經營的日式餐廳已十分注重食物衛生及安全。當他得悉食物安全中心舉辦有關運動及了解詳情後，便立刻申請和推動所屬協會積極參與，成為第一批承諾人。他認為食物安全中心為這次活動製作的「食物安全五要點業界指南」小冊子對訓練員工認識食物安全非常有用。

車先生事事親力親為，每隔一至兩天便親自前往市場買貨，他強調在選購食物材料時，必須光顧可靠和有品質保證的供應商。他亦會向員工灌輸正確的食物安全知識，並安排他們參與有關「食物安全五要點」的培訓，令員工熟悉配製食物的步驟，並且肯定食物安全的重要性。

他時常提醒員工要選購衛生及新鮮的食材，在接收食材時要檢查品質，如發現有問題要拒絕收貨；在配製食物過程中要確保食物安全，防止食物出現問題。他認為長遠來說，此舉不但減少浪費原料及回收成品，更有助降低生產成本。

車先生在香港經營飲食業超過廿載，一直本著「以客為尊」的精神為客人提供高質素消費體驗。他時常鼓勵員工要學以致用，將「食物安全五要點」運用於日常工作中，令顧客品嚐美食之餘亦同時感受到他們推動食物安全的一份誠意。正如車先生說，金融海嘯令顧客消費更謹慎，食物同業只有更加注重食物安全和品質，才能脫穎而出。



另一位承諾人黃先生則認為，香港貴為國際大都會，加上本地及外地顧客對飲食要求不斷提高，食肆必須嚴守食物安全準則，才能令顧客食得安心。以他經營的西餐廳為例，每天便有不少外國遊客慕名而來。身為一位專業的飲食業經營者，黃先生表示參加簽署「誠」諾可提升業界形象，更重要的是教育員工及顧客認識食物安全的重要性。當踏進黃先生經營的餐廳廚房，就能感受到黃先生推動食物安全的熱誠，牆上貼滿「食物安全五要點」的海報，提醒員工時刻緊記食物安全的要訣。黃先生坦言十分重視人才培訓，他表示不會錯過政府每年舉辦的食物安全講座，亦會盡量安排員工參與以求溫故知新，並希望他們將新資訊帶回餐廳內與同事分享。

黃先生認為同業必須加強環境衛生及食物安全的管理，才可以提高商譽。顧客對食肆有信心，銷售額便自然提升。他更呼籲同業共同努力，提升飲食安全的重要性，保持香港美食天堂的地位。

有關承諾人的名單，請瀏覽下列網址(為方便市民查閱，當中食物業處所名單根據名稱、地區及菜式種類分類列出)：

[http://www.cfs.gov.hk/tc\\_chi/whatsnew/whatsnew\\_fstr/whatsnew\\_fstr\\_food\\_safety\\_charter\\_Signatory\\_List.html](http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/whatsnew/whatsnew_fstr/whatsnew_fstr_food_safety_charter_Signatory_List.html)



# 製作白切雞的重點控制



香港人在傳統節日都會在家裏一起吃飯共渡佳節。當中，雞是不可或缺的食物，尤以製法簡單的白切雞最為普遍。白切雞是水煮雞的一種，在烹煮時有一些安全重點是需要留意的。因此，我們這次為大家提供製作白切雞的實用安全貼士，讓你和家人在過節時能安心地享用這款美食。

## 材料

未經烹煮的雞1隻 1.2千克 (約2斤)

## 做法：

1. 將雞隻洗淨。
2. 將整隻雞放入沸水內，轉用慢火，浸煮約30分鐘。
3. 將煮熟的雞冷卻，切件以供食用。



## 製作流程



控制重點 (Critical Control Point簡稱CCP) 是食物製造過程中的一個步驟或程序，予以監控，就可以防止或消除對食物安全的危害。

# 製作白切雞的安全貼士

## (一) 選購

- ◆ 向可靠及衛生良好的店鋪購買未經烹煮的雞隻。
- ◆ 購買時要確保雞隻新鮮及衛生。

## (二) 貯存未經煮熟的雞隻

- ◆ 盡快將雞隻存放於安全溫度下
  - 非即時烹製的雞隻應蓋好貯存於雪櫃內，並放於熟食或即食食物之下，以免交叉染污。雪櫃內的溫度應該定期用溫度計檢查，確保冷凍格保持在攝氏4度或以下。

## (三) 配製

- ◆ 準備煮食前及處理食物過程中，用溫水梘液徹底清潔雙手。
- ◆ 煮食前，清洗雞隻。

## (四) 烹煮

- ◆ 雞隻要徹底煮熟才可食用，確保切開白切雞時肉汁清澈及不呈現紅色，亦不可見血。
- ◆ 使用清潔的食物溫度計量度白切雞最厚部分的中心溫度，確保達至最少攝氏75度。



## (五) 冷卻

- ◆ 在兩小時內把白切雞的溫度由攝氏60度冷卻至攝氏20度。
- ◆ 以適合飲用的水來冷卻白切雞。



## (六) 切件

- ◆ 處理食物前後，用溫水梘液徹底清潔雙手。
- ◆ 處理食物前後，徹底清洗所有食物接觸面(包括工作枱面、砧板及食具等)。
- ◆ 用兩套不同工具(包括刀及砧板)分開處理生熟食。

## (七) 存放及食用

- ◆ 不可放置白切雞於室溫超過4小時。
- ◆ 置於室溫少於兩小時的白切雞，應放入雪櫃待用，或在總時限4小時內食用。
- ◆ 置於室溫超過兩小時但少於4小時的白切雞，應在總時限4小時內食用，但不應再放入雪櫃。
- ◆ 應棄掉置於室溫超過4小時的白切雞。



# I. 三聚氰胺法例規管

鑑於在今年九月內地及本港奶類食品相繼驗出含有三聚氰胺，為保障公眾健康，政府已採取相應的緊急行動，並修訂了《食物內有害物質規例》（第132AF章）。修訂規例現已生效。

根據規例，奶類、擬主要供36個月以下幼兒食用的任何食物，以及擬主要供懷孕或授乳的女性食用的任何食物，其三聚氰胺含量均不得超過每公斤1毫克。至於其他食物，其三聚氰胺含量則不得超過每公斤2.5毫克。“奶類”指牛奶，水牛奶及山羊奶，並包括忌廉、離脂奶及奶類飲品，但不包括奶粉、煉奶或再造奶；而“奶類飲品”指將流質奶脂與從奶類衍生的其他固體合成的飲品，不論其中有無食物添加劑或其他物質。

規例經修訂後，任何人輸入、託付、交付、製造或售賣三聚氰胺濃度超過法定標準的食物，即屬違例。

## II. 《2008年公眾衛生及市政（修訂）條例草案》

世界各地發生的食物事故越來越多，而食物安全是市民關注的問題，食物業界有責任確保他們所供應的食物安全及適宜供人食用，亦有責任停止向市場供應有問題食物及收回已供應的問題食物，以保障消費者的健康。

有鑒於此，政府在十月二十四日，在憲報刊登《2008年公眾衛生及市政（修訂）條例草案》，建議賦權食物環境衛生署署長(食環署署長)作出行政命令，禁止輸入和供應有問題食物，以及命令收回有關食物，以保障食物安全，維護公眾健康。條例草案已在十一月五日呈交立法會審議。

根據《2008年公眾衛生及市政（修訂）條例草案》，食環署署長如有合理理由相信有需要作出命令，以免公眾衛生受危害，便可以行政方式作出該等命令，決定時會考慮以下因素：

- (1) 食物商就食物安全提供的資料或文件(如有的話)；
- (2) 政府分析員進行食品測試的結果(如有的話)；
- (3) 其他國家或地方的食物安全主管當局進行食品測試的結果；
- (4) 其他國家或地方的食物安全主管當局作出的食物警報；
- (5) 進行食物測試所需時間；
- (6) 市民及/或高危組別人士接觸有關食物的情況；
- (7) 食物的食用模式；
- (8) 食物所含有關物質的法定標準(如有的話)；
- (9) 是否能取得有關某一批次或某一組食物受污染的資料；
- (10) 是否能取得有關某一間食物製造廠或整個區域受污染的資料；以及
- (11) 任何其他相關考慮因素。

由於香港有百分之九十以上的食物是進口的，所以作出禁止輸入令是最直接有效的措施，防止有問題食品進入香港市場。

有關《2008年公眾衛生及市政(修訂)條例草案》的最新資料，請瀏覽以下網址：<http://www.fhb.gov.hk/>