

## Køkkenhygiejne

---

### Afkøling af mad

Mange madforgiftninger opstår, fordi maden er tilberedt længe før, den skal serveres og har været opbevaret for varmt i den mellemliggende tid. Fx når der skal laves mad til gæster, hvor man begynder...

### Bakterier og skimmelsvamp

Kendetegn for mikroorganismer ...Bakterier formerer sig ved deling: En bliver til to, to til fire og så videre. Ved 37° C kan en bakterie blive til 1.000 på tre timer og til 1.000.000 på seks...

### God køkkenhygiejne

Ordet hygiejne stammer fra græsk og betyder "sådan forebygger man sygdom". God køkkenhygiejne handler om at have fornuftig omgang med råvarerne, gode vaner for tilberedning og opbevaring af maden...

### Grillmad

Der er flere, der får en levnedsmiddelforgiftning om sommeren end om vinteren. Årsagen er håndteringen af grillmaden. Bruger du den samme grilltang til det rå kød som til den grillede mad, er...

### Høkasse

Mælk er rig på næring - også for bakterier. Når mælken malkes, er den næsten steril, men det kan ikke undgås, at den kommer i nærheden af bakterier. Derfor bliver mælken pasteuriseret på mejeriet, så...

### Karkluden

Afsæt en køkkenskuffe til rene karklude og viskestykker, så de er lige ved hånden. Køb et lager af karklude og gør det til en vane at tage en ren karklud frem, hver dag efter aftensmaden. Den...

### Mikrobølgeovn

Bakterier dræbes også ved kogning i en mikrobølgeovn. Så ud fra et hygiejnisk synspunkt er tilberedning i mikrobølgeovn lige så godt som kogning i en gryde. Mikrobølger varmer mere ujævnt, så det er...

### Opvask

En opvaskemaskine er mere hygiejnisk end opvask i hånden, fordi temperaturen er højere, og tørring med varm luft er mere hygiejnisk end et viskestykke...Ved håndopvask bør vandet være så varmt som...

### Persille, spinat og rå grønsager

På rå grønsager findes der naturligt forskellige jordbakterier og skimmelsvampe. Forureningen fjernes ved skrælning og eller rengøring. Men for eksempel persille og andre krydderurter kan være svære...

### Stegning og kogning

Stegning og kogning af kød, fisk og fjerkræ...Hele kødstykker - culotte, tyndsteg og svinekam - behøver du ikke gennemstege, fordi bakterierne sidder på kødets overflade - og ikke inde i kødet, hvor...

### Sygdomsfremkaldende bakterier (levnedsmiddelforgiftning)

...Campylobacter...Campylobacter smitter typisk fra fjerkræ, okse- og svinekød og upasteuriseret mælk. Campylobacter adskiller sig fra andre bakterier ved, at der kun skal få bakterier til at...

#### Termokande og mælk

Varm mælk eller kakaomælk bør ikke hældes på en termokande og tages med på tur. For selv om temperaturen er høj, når mælken eller kakaomælken hældes på termokanden, vil den hurtigt falde til under 65...

#### Tilberedning af mad

Når du håndterer madvarer i dit køkken, gælder det om at holde det urene arbejde adskilt fra det rene. På den måde forhindrer du, at en eventuel smitte føres videre. Andre vigtige faktorer ved...

#### Æg i madlavning

Der kan være salmonellabakterier på æg. Bakterierne findes ofte uden på skallen, hvis den er ubeskadiget. Men hvis hønen har en infektion i æggestok eller æggeleder, kan der være bakterier i blomme...