

달달 외우고 지켜야 할 명절음식 안전수칙



STEP 1

식재료 장보기 요령

마트, 전통시장
장보기



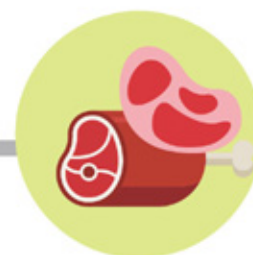
가공식품
(쌀, 통조림 등)



과일/채소류



어패류



육류



냉장보관 가공식품
(햄, 요구르트 등)

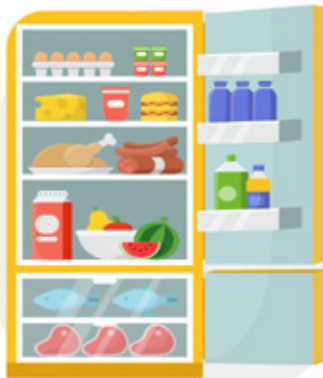
인터넷, 전화
장보기



- 냉장·냉동 배송상태 확인
- 수취한 즉시 조리하거나 냉장·냉동 보관

STEP 2

식재료 보관 및 준비 요령



보관

- 식재료 냉장·냉동보관
 - * 냉동고 안쪽 : 육류·어패류 등, 냉장실 문쪽 : 빨리 먹을 식품
- 생고기와 달걀은 채소와 닿지 않게 분리 보관



해동

- 냉장 해동 또는 전자레인지로 해동(올바른 해동)
 - * 온수 및 상온해동, 물에 담군채 오래 방치(잘못된 해동)



세척

- 닭, 생선, 육류 등 세척시, 채소, 과일 등에 물이 튀지 않도록 주의
- 육류·생선 및 생야채는 칼·도마 구분사용으로 교차오염 방지
 - * 사용후, 세제를 사용하여 깨끗이 씻고 소독

STEP 3

명절음식 조리·섭취·보관 요령



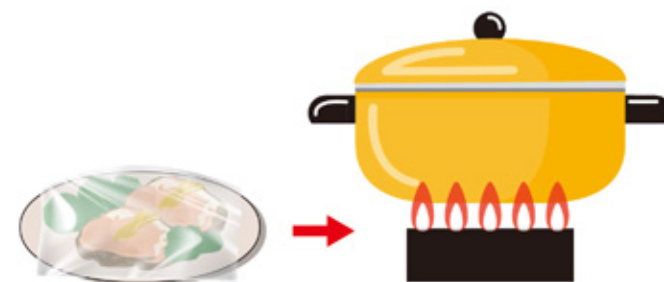
- 음식 조리 전, 계란·생닭을 만진 후 비누로 30초 이상 손씻기



- 가열 조리 시, 충분히 익히기
*육류 중심온도 75°C, 1분이상



- 음식보관 시, 냉장식품은 5°C 이하
냉동식품은 -18°C 이하



- 실온에 오래 방치되지 않도록 주의
* 조리 후 2시간 이내 섭취
보관된 음식은 재가열후 섭취

STEP 4

병절 음식 주문시 안전관리



- 배달음식 박스 및 내용물의 이상여부(냄새, 조리상태 등) 확인
*실온에 오래 방치되어 변질되지 않도록 배달 즉시 냉장보관
- 냉장 보관시, 조리되지 않은 식품과 조리된 음식을 구분하여 보관
*보관된 음식은 재가열한 후 섭취

우리 함께 식중독 예방 준수로 안전한 추석 보내세요!

秋夕



평절 음식 안전
꼭 지켜주세요!