



식품의약품안전처

식중독 OUT

올바른 식재료

세척 방법!



채소류

1



외포장 제거 및
잎채소류는
오염된 외피 제거

흐르는 물에 3회 이상
세척하거나 염소소독(100ppm)

※염소소독 후 흐르는 물에 3회 이상 행굴 것



2

3



요리하기 좋게 절단

생선류

1



외포장 제거

※주의: 다른 식재료에 닿지 않게 할 것

찬물에 담그거나 냉장해동

※주의: 냉수해동 시 물 넘치지 않게 할 것



2

3



다듬기

수돗물로 충분히 세척

※주의: 물이 튀지 않도록 할 것



4

권장 세척 순서



(싱크대 1개 사용할 때)



채소류



육류



어패류



가금류

효과적인 세척 방법



미생물 제거할 때 **흐르는 물에 세척**



이물 제거할 때 흐르는 물 또는
담금물에 세척

