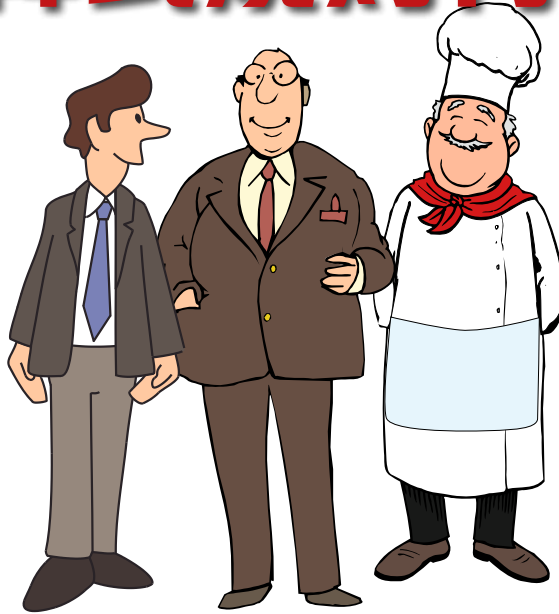


專題特寫

1

供應韓式燒烤有學問



老闆：經理，大廚，晚市所需的食
物準備好了沒有？

經理：樓面還在
擺設。

大廚：廚房已經
準備好，肉片已盡量切薄，這樣，肉會比較易
煮熟。另外，經已醃好的肉與剛剛醃好的肉會
分開處理的，並以先造先出的原則供應，以免
新舊的肉混在一起，確保食物新鮮。

經理：凍櫃和熱櫃已經檢查過，運作正常。生熟食物的
擺放位置已分隔一段距離，並有不同的用具供客
人拿取生熟食物，以防交叉污染。餐桌上亦備有
兩套不同的食具供客人分開處理生熟食物。

老闆：大廚，上次有問題的那批食物現在怎麼了？

大廚：那批食物早已經被棄掉，太便宜的材料質素果
然沒有保障。我們已更換供應商。現在我們
向可靠的供應商購買食物，並在接收時檢查品
質。如果食物不新鮮，例如海產有異味或外殼
不完整，包裝不完整或食物已超逾食用限期，
我們會立刻退貨。

目錄

專題特寫

- (I) 供應韓式燒烤有學問
- (II) 小心處理醃製蔬菜

讀者園地

食品法典委員會新增的
標準、守則及指引

食物新知

轉轉 看看
食得更健康
營養標籤系列 — 食物
包裝上塗黑字句知多點

活動簡介

「食物安全『誠』諾」
巡迴展覽

你問我答

食物添加劑

食物安全計劃園地

製作麻婆豆腐的重點
控制

真相與謬誤

安全溫度

動腦筋

查詢與訂閱

老闆：我剛剛在食物安全中心網頁看過一些資料。內容提及在燒烤肉類時，可能會產生一類可致癌的物質，名為多環芳香族碳氫化合物(polycyclic aromatic hydrocarbons)，簡稱PAHs，由於PAHs在環境中無處不在，因此幾乎所有食物都含有PAHs。不過，未經處理的食物內含大量PAHs的情況並不常見。使用烘焗和燒烤等烹煮食物的方法會產生PAHs及增加食物中的PAHs含量，而燒焦的食物都含有PAHs。因此愛吃燒烤肉類的人可能會攝入較多的PAHs。根據國際癌症研究機構的資料顯示，某些PAHs化學物質可能會令人類患癌。

經理：我想我們還是提醒客人不要進食燒焦的食物吧！

老闆：其實在烹煮肉類時，如肉類直接接觸火焰，所含的脂肪在高溫下便會分解而產生PAHs。另外，食物的油脂溶化後滴在熱源時，也會產生PAHs，然後隨着升起的煙又落到肉面上。

大廚：原來如此！那我們將來在準備食物時，應選擇較瘦的肉類，並切去可見的脂肪，避免油脂滴在熱源上。在燒烤肉類前，可用沸水預先烹煮肉類，以減短燒烤的時間，避免食物過度烤烘，這應可減低所產生的PAHs含量。



小心處理醃製蔬菜

陳經理：大廚，今晚的廚師推介是甚麼？

大廚明：梅菜扣肉，榨菜蒸肉餅，和……

陳經理：為何兩款菜式都有醃菜？



大廚明：因為樓下那間雜貨店有一批醃菜以很便宜的價錢賣給我們，所以今晚的菜式都有醃菜。

陳經理：大廚明，你有否檢查這批醃菜的質素呢？正所謂「便宜未必好」，我們要小心。

大廚明：沒事的，雖然梅菜的賣相不是太好，菜葉有孔，不過榨菜的賣相真不錯，應該不用擔心。

陳經理：話不能這樣說！我們是一家有商譽的食肆，如果食物材料有問題，便有

可能引致食物中毒，影響公司聲譽，後果可以很嚴重。

大廚明：你是否太誇張呢？



陳經理：醃菜是由未經煮熟的蔬菜製成的，單看梅菜菜葉有孔，可能就是醃製過程有問題，所以有蟲滋生。榨菜看來還可以，但會否加了過量的防腐劑呢？否則這批材料的價錢不可能比一般材料便宜一半的。

大廚明：豈有此理！待我立即將這批材料退回。

陳經理：阿明，我們應向可靠的供應商購買食物材

料。醃製蔬菜如配製恰當，醃製時所用的醋、糖和鹽，一般都可以確保食物的細菌性安全。不過，單靠醃製未必能殺死醃菜中的寄生蟲，如果食物製造廠的工人在處理醃菜時不注意衛生，也會導致細菌污染。所以在煮食時，我們應清洗醃菜並將其徹底煮熟。

大廚明：我明白了。另外，醃菜有機會加入山梨酸及苯甲酸這兩種常用的防腐劑。製造商在使用防腐劑時應奉行優良製造規範，並遵守法例規定選用適合的防腐劑。

陳經理：對！如果醃菜是預先包裝的話，更要符合標籤法例的規定。

大廚明：糟糕！今晚的廚師推介豈不是「全軍覆沒」。



食品法典委員會新增的標準、守則及指引

食品法典委員會(Codex Alimentarius Commission) 是世界衛生組織和糧食及農業組織為制訂食品標準、指引及相關文件而於1963年設立的團體，每年舉行一次會議，各地區及國家代表就有關食物標準的議案進行商討及作出表決。二零零九年(即第三十二屆)的會議於六月二十九日至七月四日在意大利羅馬舉行，會議上通過多項包括除害劑、獸藥、食物添加劑、食物污染物等標準、守則和指引。

已通過的主要議案包括新訂或撤銷個別殘餘除害劑及殘餘獸藥的最高殘餘限量、新訂《食品添加劑通用標準》、修訂食品添加劑國際編碼系統及新增三項有關預防和減低食物污染物的守則和指引。有關第三十二屆食品法典委員會會議的報告全文和最新通過的標準、守則和指引的資料，業界可瀏覽食品法典委員會網頁：

英文版本 <http://www.codexalimentarius.net/download/report/728/al32REPe.pdf>

中文版本: <http://www.codexalimentarius.net/download/report/728/al32REPC.pdf>

食物安全中心將考慮採用適用於香港的食品法典委員會標準、守則和指引。不過，香港採用這些新標準的步伐或與食品法典委員會不同。業界人士應先留意香港採用的標準；如香港並無有關標準，業界可參考食品法典委員會的標準，因為香港有關食物安全的執法工作亦會以此作為參考。



在此，先為大家簡介有關的新增守則和指引內三項用以預防和減低食物中常見污染物的操作規範：

(一) 減低食品中丙烯酰胺操作規範 —

含豐富碳水化合物的食物在高溫烹煮時會產生丙烯酰胺(Acrylamide)。新守則在預防和減低馬鈴薯產品和穀類產品中的丙烯酰胺含量提供指引。



(二) 降低燻制和直接乾燥工藝過程中多環芳香族碳氫化合物污染食品的操作規範

多環芳香族碳氫化合物 (polycyclic aromatic hydrocarbons)，簡稱 PAHs，可在多種情況下形成，包括有機物未充分燃燒、森林火災、火山爆發、工業過程或其他人類活動(包括食物的加工處理和配製過程，以及商業和家居的食物配製過程)。這份操作規範就預防和減少食物在商業煙燻和直接製乾過程中受多環芳香族碳氫化合物污染提供指引。

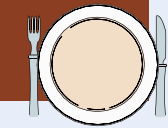


(三) 預防和降低咖啡中赭曲霉毒素A污染的操作規範

赭曲霉毒素 A (Ochratoxin A) 是存在於穀類產品和咖啡中的有毒真菌代謝物。這份規範就預防和降低咖啡受赭曲霉毒素A污染提供指引。

我們將會繼續在食物業安全廣播站為大家逐一講解以上

三種污染物: 即丙烯酰胺、多環芳香族碳氫化合物及赭曲霉毒素A，以及預防和減低其污染食物的相關措施和規範，敬請留意。



轉轉 看看 食得更健康

營養標籤系列 - 食物包裝上塗黑字句知多點

為什麼有些食物包裝上的字句被塗黑或遮蓋？

新營養標籤規例將於二零一零年七月一日正式生效，食物業界已積極地採取相應措施以符合新規例的要求。市場上已越來越多預先包裝食物載有標示「1+7」的營養標籤。此外，大家亦可能開始留意到有些食物包裝上的某些字句被塗黑或遮蓋，主要原因如下：

原因一

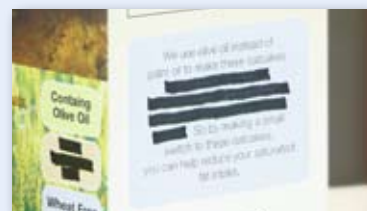
根據新規例，銷量小的預先包裝食物可申請豁免標示營養成分，但不能載有營養聲稱。因此，有些業界可能會把這類食物包裝上的營養聲稱字句塗黑或遮蓋，以便令這類食物得到豁免。獲此豁免的產品需附有特定標貼以示其豁免資格，而有關的豁免編號會顯示在該標貼上或在出售有關食物附近的地方（例如貨架）。



原因二

有些預先包裝食物可能附有於外地使用但香港新規例不容許的營養聲稱。因此，業界可能會把食物包裝上的有關字句塗黑或遮蓋，以符合香港新規例的要求。

業界可能會用不同的方法把食物包裝上的字句塗黑或遮蓋，例如用黑色粗線條的筆刪除或用標貼遮蓋這些字句等。希望大家明白這些資料被塗黑或遮蓋的原因，消除不必要的疑慮。





「食物安全『誠』諾」 巡迴展覽



食物安全中心自去年開始推出一項新的活動—「食物安全『誠』諾」，邀請食物業界簽署並一起推廣「食物安全五要點」。今年共有21個食物業協會及超過1700間持牌食肆/食物店鋪/超級市場/便利店參加。

為了讓市民加強認識「食物安全五要點」及「食物安全『誠』諾」，中心於全港19區作巡迴展覽，市民可從展板的承諾人名單或使用中心提供的電腦尋找該區簽署「食物安全『誠』諾」的店鋪。

動腦筋答案

危	年	交	叉	污	染
食	十	五	度	件	物
衛	物	大	使	食	安
生	心	安	門	兩	小
熟	叉	抗	全	分	中
分	交	氧	四	五	心
開	八	化	小	交	要
防	腐	劑	時	替	完
點	點	完	點	完	點



食物添加劑

問：本人在農曆年期間進食了不少賀年食品，請問政府有否對這些時令食品中含有的防腐劑作出監管？

答：新修訂的《2008年食物內防腐劑(修訂)規例》已詳列出不同食物類別中准許使用的食物防腐劑和抗氧化劑及其最高准許含量。由於不同的製造程序及配料會影響該食物被納入的類別，故食物製造商應因應其食物配料成分及製作過程，按照法例所列明准許使用的防腐劑和抗氧化



劑，考慮添加的種類及分量。如欲查詢有關修訂法例的詳情，請瀏覽網址：http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/food_leg/food_leg_pf.html#pf_sch1



問：現時市面上部分蔬果汁會被添加木糖醇或其他甜味劑，政府對這有何監管？

答：根據《食物內甜味劑規例》(第132U章)的釋義，“甜味劑”是指任何帶甜味的化合物，但不包括糖或其他碳水化合物或多羥醇。規例內已詳列准許使用於食物的甜味劑。由於木糖醇屬於多羥醇，故政府不反對在食物中使用木糖醇，但業界應確保其食物適宜供人食用，並符合香港法例第132章《公眾衛生及市政條例》及其附屬法例，詳情請瀏覽網址http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/food_leg/food_leg.html。



製作麻婆豆腐的重點控制

麻婆豆腐這道菜式，又辣又香，確能令顧客胃口大開。在烹調這款菜式時，需要留意一些安全重點。我們為大家介紹烹調時的製作指引，讓大家為顧客準備美食時，能確保食物安全。

材料

豆腐兩磚 · 新鮮免治豬肉 200克 (約6兩)

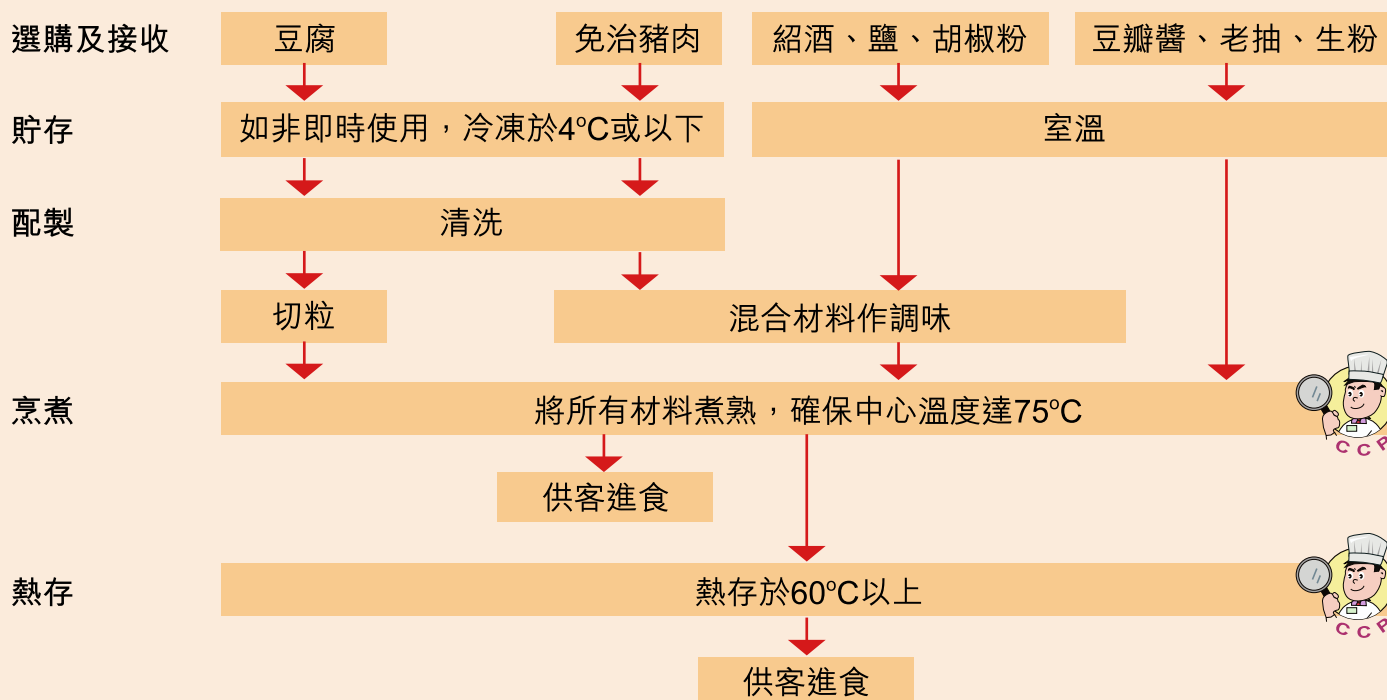
調味料

豆瓣醬 1 茶匙 · 老抽 1茶匙 · 紹酒 2茶匙 · 鹽 1茶匙 · 生粉 1茶匙 · 胡椒粉 少許

做法

1. 洗淨免治豬肉，加入紹酒、鹽及胡椒粉醃10分鐘。
2. 將豆腐洗淨，切粒。
3. 鑊燒紅後加入1湯匙油，放下免治豬肉略煮，再加入豆腐，豆瓣醬、老抽及一碗清水，加蓋煮10分鐘。再加生粉水，煮兩至三分鐘上碟。

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。



麻婆豆腐的製作指引

(一) 選購及接收

- 向可靠及衛生良好的供應商購買食物材料。
- 購買及接收材料時要確保食物新鮮及衛生。
 - 向持有「新鮮糧食店」牌照的店鋪選購新鮮免治豬肉。
 - 所有預先包裝食物 (如豆瓣醬、老抽) 均在食用限期之內。



(二) 貯存

- 盡快將材料存放於安全溫度下
 - 非即時使用的新鮮免治豬肉應貯存於雪櫃內。定期用溫度計量度並記錄雪櫃內的溫度，確保冷凍格保持在4°C或以下。
 - 生的免治豬肉和豆腐應該放入有蓋的容器，並放於熟食或即食食物之下，以免交叉染污。最佳的方法是使用不同的雪櫃分開貯存生熟食物。
- 按照先入先出的原則使用食物材料，檢查及記錄食物貯存的日期。

(三) 配製

- 準備煮食前，徹底清洗所有食物接觸面 (包括工作枱面、砧板及食具等)。
- 準備煮食前及處理食物過程中，用流動的自來水及梘液徹底清潔雙手。
- 用兩套不同工具 (包括刀、砧板及碗筷) 分開處理生熟食物。
- 煮食前，清洗豆腐及免治豬肉。
- 經醃製而非即時烹煮的免治豬肉應存放於4°C或以下的雪櫃內。

(四) 烹煮

- 食物要徹底煮熟才可食用，豬肉的肉汁要清澈，不可呈現紅色。
- 使用清潔的食物溫度計量度食物的中心溫度，確保達至最少75°C。



(五) 熱存/進食

- 應盡快供客食用已煮熟的食物，避免在室溫下存放超過兩小時。
- 如非即時食用，應熱存於已預熱的暖盤或燉鍋內，並保持在60°C以上。



(六) 管理系統

- 推行一個具有預防性的食物安全管理系統 (例如: 食物安全重點控制系統 HACCP)，協助辨別及控制在製造過程中出現的食物安全問題。



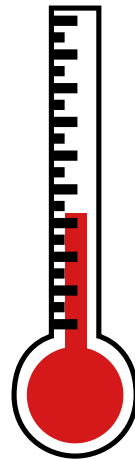
安全溫度

誤解

冬天因為天氣寒冷，剩餘的熟食無需放進冰箱貯存。

真相

錯。剩餘的熟食應盡快冷卻，並在兩小時內放進雪櫃。即使只是一個細菌，在適當的條件下，如於危險溫度範圍(攝氏四度至六十度)內，可在四小時後繁殖至四千個，七小時後繁殖至二百萬個。



動腦筋



危	期	年	交	叉	污	染
食	十	五	度	件	物	細
衛	物	大	使	食	安	菌
生	心	安	門	兩	小	時
熟	又	抗	全	分	中	冷
分	交	氧	四	五	心	凍
開	八	化	小	交	要	污
防	腐	劑	時	替	完	點

試從上圖圈出下面各題目的正確答案。(答案見第八頁)

1. 要用不同的設備和用具處理生熟食物，避免_____。
2. 食物安全中心推出「食物安全『誠』諾」，與食物業界一起推廣_____。
3. 應盡快食用已煮熟的食物，避免在室溫下存放超過_____。
4. 新修訂的《2008年食物內防腐劑(修訂)規例》詳列出不同食物類別中准許使用的_____和_____及其最高准許含量。

查詢與 訂閱

如欲索取《食物業安全廣播站》的印刷本，請蒞臨位於九龍旺角花園街 123 號A花園街市政大廈8樓的傳達資源小組或致電2381 6096查詢。市民亦可於中心網頁(<http://www.cfs.gov.hk>)瀏覽網上版本。