

安全製作中式冷盤食物 的業界指引



本指引是為在處所配製和售賣中式冷盤食物的食物業界而編製，目的在於協助業界在營運時採取食物安全措施，以製作和售賣合乎衛生及可供安全食用的冷盤食物。

引言

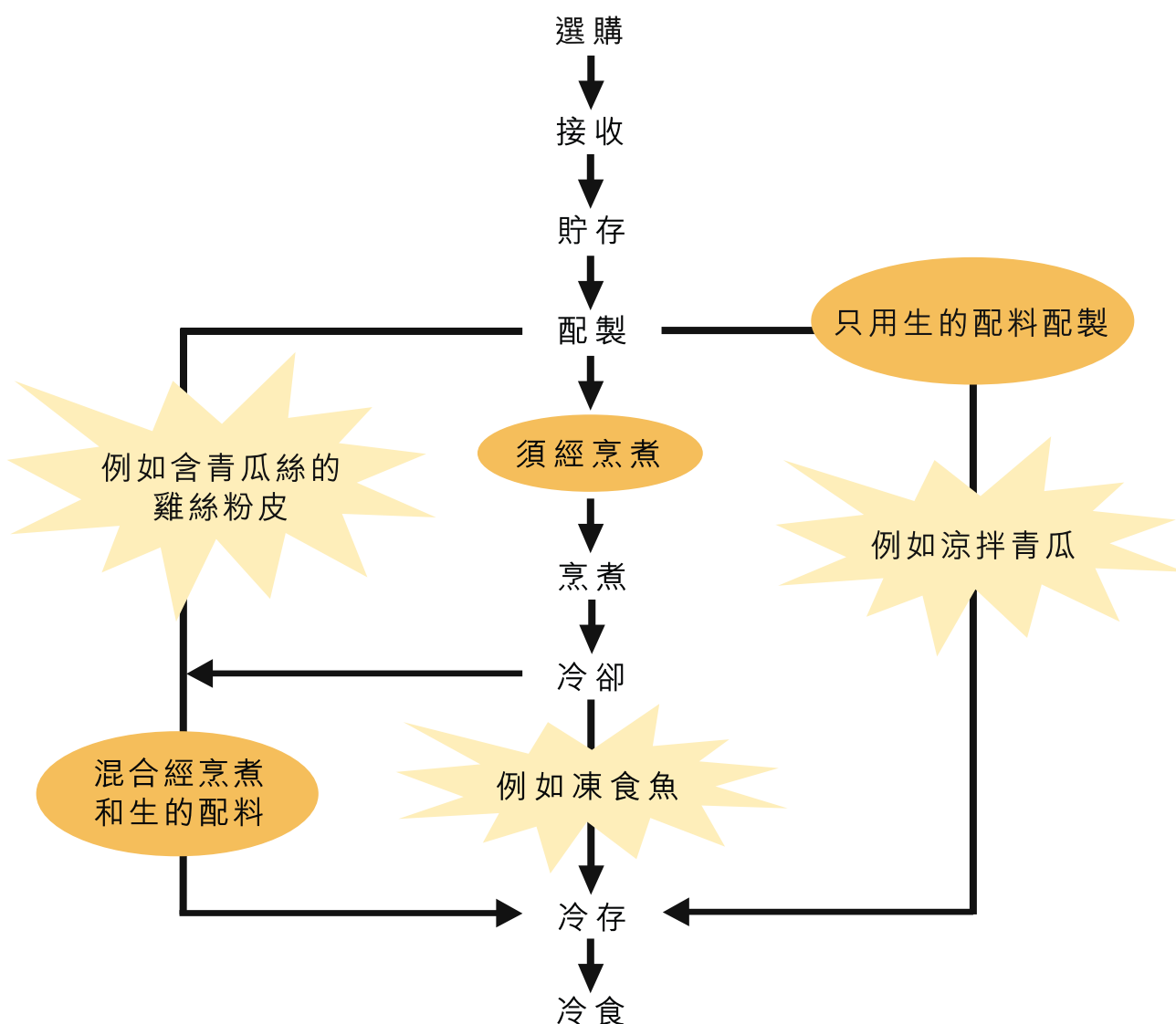
在香港這個世界美食天堂，可以吃到不同地方的中國菜餚（例如北京菜、上海菜、潮州菜及廣東菜），而本港的食物業處所一般提供各種供冷食和熱食的菜式，讓顧客品嚐。

中式冷盤食物可用不同的方法配製，有些須要烹煮，有些只用生的配料配製，有些則混合經烹煮和生的配料。由於冷盤食物或會預先配製，並在上桌前存放在室溫一段時間，而進食前一般不會翻熱。這些因素有機會影響有關食物的安全和衛生質素。

多種微生物如霉菌、酵母菌和細菌可能天然存在於生的配料中。若配料經徹底煮熟，大部分微生物都會被消滅，但某些細菌的孢子（例如蠟樣芽胞桿菌和產氣莢膜梭狀芽胞桿菌的孢子）仍可能生存。即食食物長時間在室溫貯存，可讓微生物生長和孢子發芽、繁殖，甚至產生耐熱的毒素。此外，在處理食物時不合乎衛生，亦可導致食物受致病微生物（例如可能存在於人類皮膚上的金黃葡萄球菌）的污染。

為確保食物安全，製作中式冷盤食物時採取食物安全措施十分重要。

一般製作各款中式冷盤食物（有些須要烹煮，有些只用生的配料配製，有些則混合經烹煮和生的配料）的流程圖



有關製作中式冷盤食物的食物安全措施

要為消費者配製既安全又合乎衛生的食物（包括中式冷盤食物），業界必須在日常運作時遵從“**食物安全五要點**”：

1. 精明選擇	（選擇安全的原材料）
2. 保持清潔	（保持雙手及用具清潔）
3. 生熟分開	（分開生熟食）
4. 煮熟食物	（徹底煮熟食物）
5. 安全溫度	（把食物存放於安全溫度）

1 精明選擇



2 保持清潔



3 生熟分開



4 煮熟食物



以下是一些在配製中式冷盤食物時如何實踐“食物安全五要點”的實用貼士：

選購及接收

- 從認可和可靠的來源購買食物及食物配料。
- 選購未超逾食用限期的食物。
- 選用新鮮及衛生的食物配料，並在接收配料時檢查品質。

貯存

- 宜用有蓋的容器貯存食物和食物配料，並貯存於安全溫度，例如把易變壞的食物（包括新鮮魚類和肉類）貯存在攝氏4度或以下。
- 最好用兩個雪櫃分開貯存生的食物和經煮熟或即食食物。
- 如須把生的食物和經煮熟或即食食物貯存在同一雪櫃：
 - ※ 以有蓋的容器貯存食物，避免生的食物與經煮熟或即食的食物接觸。
 - ※ 把經煮熟或即食的食物放在雪櫃上格，生的肉類、家禽及海產放在下格，以免生的食物的汁液滴在經煮熟或即食的食物上。
- 按照先入先出的原則貯存食物。不要使用已超逾食用限期或預計保質期的食物。

配製

- 審慎估計每款菜式的需求量，以免製作過量。
- 預先計劃製作時間，避免過早配製食物。
- 應保持接觸食物的設備和工具的表面清潔衛生。
- 用不同的用具，分開處理生的食物和經煮熟或即食食物，例如以不同顏色標籤用具（包括砧板和刀）：

紅色 - 生的食物

藍色 - 經煮熟的食物

綠色 - 即食食物

5 安全溫度



烹煮

- 徹底煮熟食物，食物的中心溫度達攝氏75度或以上，並維持至少30秒。
- 在烹煮或翻熱味水時，應煮沸並維持至少1分鐘。

冷卻

- 盡快（在2小時內）把食物的溫度由攝氏60度降至攝氏20度；並在4小時或更短的時間內把食物的溫度由攝氏20度降至攝氏4度。
- 把食物放在寬闊淺身的容器或把食物分為若干份，縮小食物的體積以加快冷卻速度。
- 如有需要，以適合飲用的水 / 冰塊冷卻食物。

冷存

- 把即食菜式放在有蓋容器內，並與生的食物分開存放。如即食食物與生的食物放在同一個雪櫃內，應把即食食物放在上格，而雪櫃的溫度應保持在攝氏4度或以下。定時檢查雪櫃的溫度，確保食物貯存在指定溫度。
- 在一般情況下，經烹煮的中式冷盤食物在妥為冷卻後：
 - ※ 如放在室溫少於2小時，應放入雪櫃待用或在總時限4小時內使用。
 - ※ 如放在室溫超過2小時但少於4小時，應在總時限4小時內使用，不應再放入雪櫃。
 - ※ 如放在室溫超過4小時，應立即棄掉。
- 採取適當措施，確保以先做先吃的方式提供預先烹煮或配製的食物，例如以日期及時間編碼來顯示貯存時間。

個人衛生

- 時刻保持良好的個人衛生習慣，包括：
 - ※ 在處理食物前後、配製食物期間及如廁後，以流動清水和梘液徹底清洗雙手20秒；
 - ※ 穿着清潔的淺色外衣或工作服；
 - ※ 配製食物期間，切勿吸煙和進食。外露的傷口應貼上顏色鮮亮的防水膠布或戴上手套；
 - ※ 如染上或懷疑染上傳染病或出現感冒、腹瀉、嘔吐、發燒、咽喉痛及腹痛等病徵，應暫停處理食物。

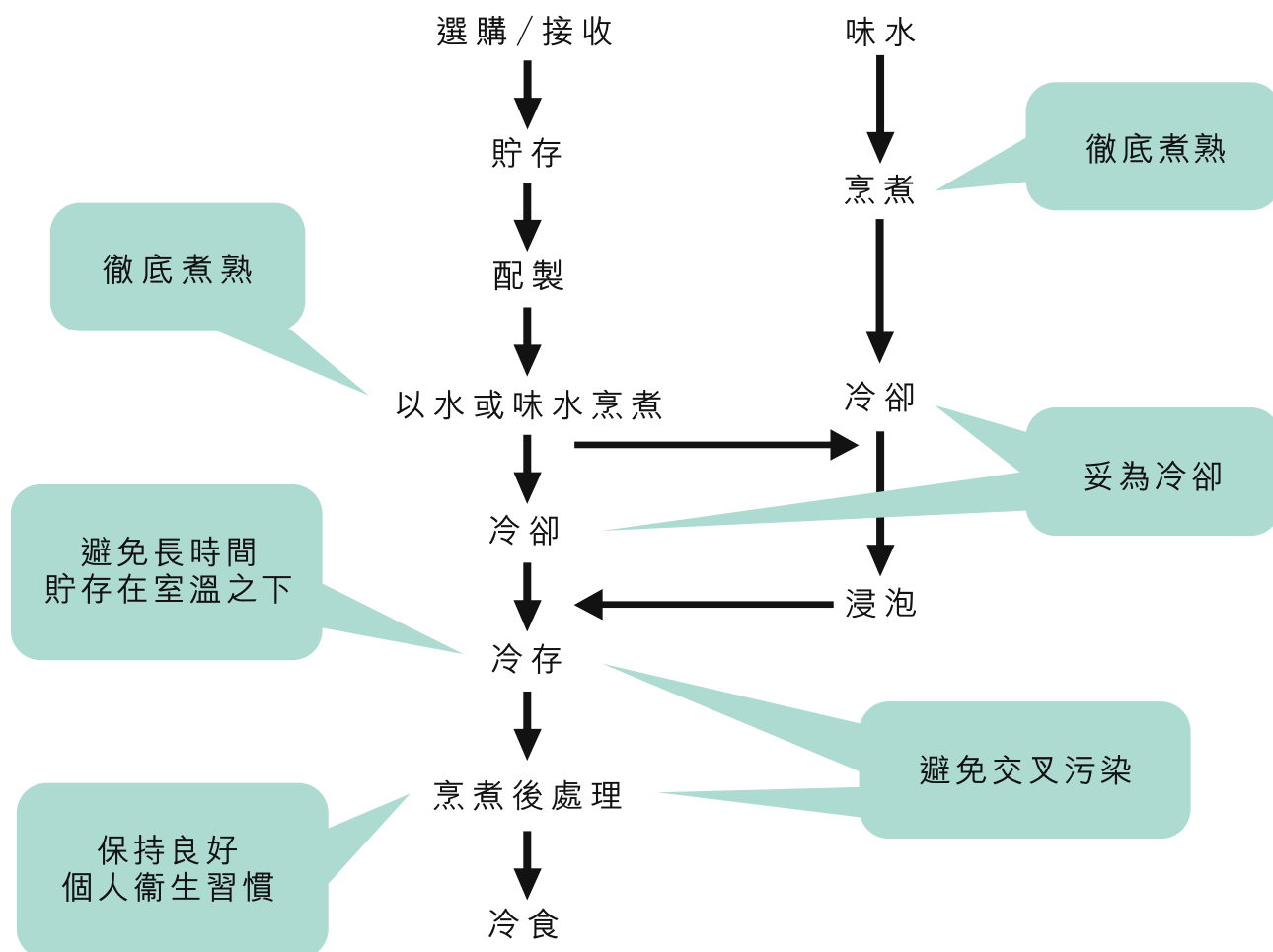
製作鹵水和類似食品、海蜇及皮蛋豆腐的安全貼士

於2009年的一項研究發現，部分在本地市場出售的中式冷盤食物，包括一些鹵水和類似食品、海蜇及皮蛋豆腐等的微生物質素有欠理想，部分更可能危害健康。涉及的因素包括未有充分煮熟、在烹煮後受到污染、長時間於室溫貯存及處理過程不衛生等，都會影響食物的微生物質素。要確保食物安全，製作這些食品時要倍加注意下列重點。

甲. 烹製鹵水和類似食品[†]的食物安全貼士

鹵水和類似食品一般都是預先配製的，進食前可能先經冷卻和貯存。在烹煮後有時會再經人手加以處理。在製作這些食品時，須特別留意以下措施：

- ✓ 審慎估計需求量，以免製作過量。
- ✓ 徹底煮熟鹵水和類似食品，食物的中心溫度達攝氏75度或以上，並維持至少30秒。
- ✓ 盡快（在2小時內）把煮好的鹵水和類似食品的溫度由攝氏60度降至攝氏20度；並在4小時或更短的時間內把食物的溫度由攝氏20度降至攝氏4度。
- ✓ 妥為冷卻後，在2小時內把室溫之下的鹵水和類似食品放進雪櫃，否則在4小時過後便應棄掉。
- ✓ 使用不同的用具分開處理生的食物和經煮熟食物（即鹵水和類似食品）。
- ✓ 時刻保持良好的個人衛生習慣。

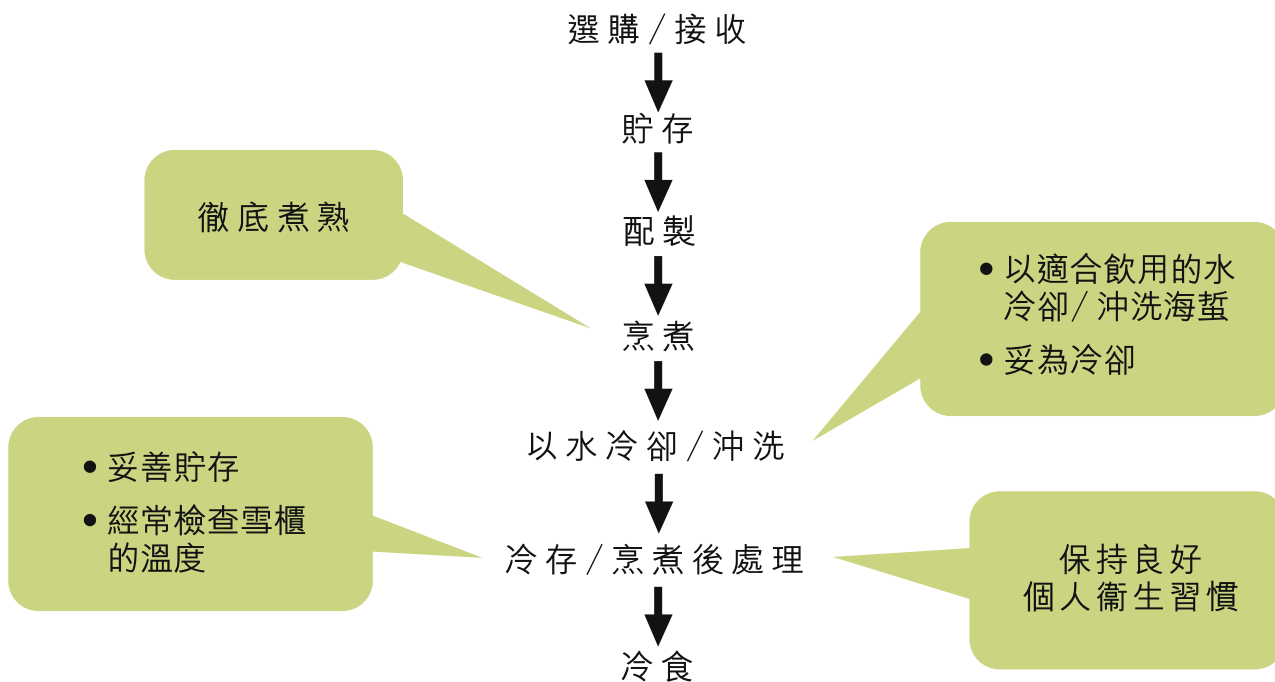


[†] 製作流程或會因作業模式和製作不同類別的食品而有差異。

乙. 製作海蜆的食物安全貼士

海蜆的配製工序一般包括烹煮和以水冷卻 / 沖洗。製作時須特別留意以下措施：

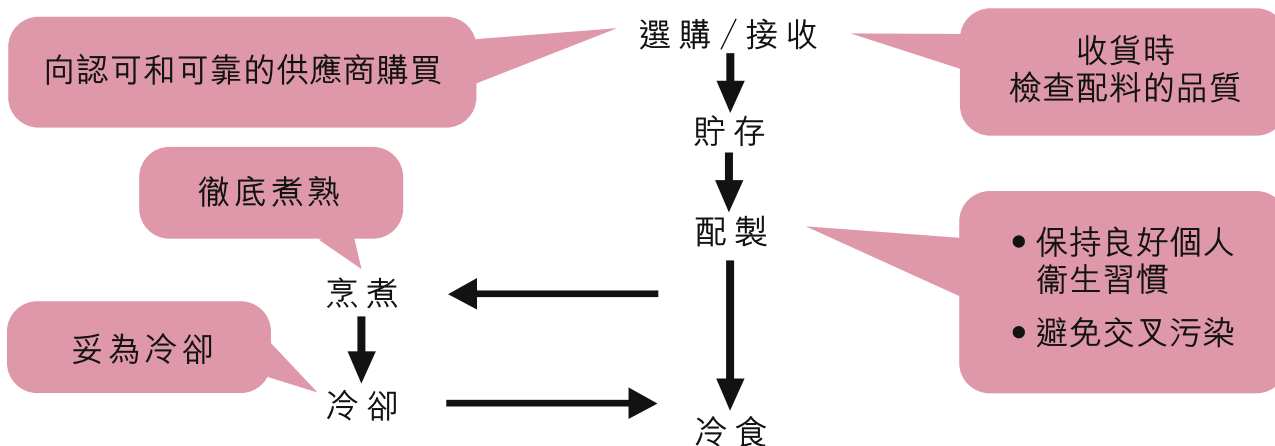
- ✓ 以適合飲用的水冷卻 / 沖洗海蜆。
- ✓ 把海蜆放入有蓋的容器，並與生的食物分開存放於雪櫃內；經常檢查雪櫃的溫度，確保溫度保持在攝氏4度或以下。
- ✓ 時刻保持良好的個人衛生習慣。



丙. 製作皮蛋豆腐[†]的食物安全貼士

製作皮蛋豆腐一般須經人手處理。製作時須特別留意以下措施：

- ✓ 用不同的用具，分開處理生的食物和即食食物（即皮蛋豆腐）。
- ✓ 時刻保持良好的個人衛生習慣。



[†] 製作流程或會因作業模式和製作不同類別的食品而有差異。