

Paano Ihanda ang Pagkaing Halamang may Likas na Toksin

Bagaimanakah cara memproses Makanan dari Tumbuhan yang mempunyai racun alami

天然毒素を含有の食用植物の取り扱い方

วิธีจัดการกับพืชอาหารที่มีสารพิษตามธรรมชาติ

प्राकृतिक रूपले विषाक्त खाद्यजन्य वनस्पतिलाई प्रशोधन गर्ने तरिका ।

Ang likas na toksin sa mga pagkaing halaman ay sustansyang toksin na natural na sangkap ng halaman. Ang mga ito ay maaring maging sanhi ng pagkalason sa pagkain kung labis ang pagkain sa mga halamang ito o kung ito ay hindi inihanda nang maayos bago kinunsumo.

Racun alami dalam makan dari tumbuhan adalah zat beracun alami yang ada pada tumbuhan. Ini disebut racun alami yang dapat menyebabkan keracunan makanan, jika makanan dari tumbuhan ini dikonsumsi secara berlebihan atau tidak diproses secara benar sebelum dikonsumsi atau dimakan.

食用植物にある天然毒素は、天然的に食用植物に存在する有毒な物質です。多く食べると、又は適当に処理しないと、食中毒になることがあります。

พืชอาหารอาจมีสารพิษซึ่งมีอยู่เองตามธรรมชาติ สารพิษเหล่านี้อาจทำให้อาหารเป็นพิษได้หากบริโภคมากเกินไป หรือมีไคมาเนกการปรุงอาหารที่ถูกต้องก่อนบริโภค

प्राकृतिक रूपले विषाक्त खाद्यजन्य वनस्पतिलाई प्रशोधन गर्ने तरिका ।

विभिन्न प्राकृतिक विष खाद्यजन्य वनस्पतिमा प्राकृतिक तवरले रहेका हुन्छन् । ती प्राकृतिक विष खाद्य विष बन्ने कारण हुनसक्दछन् यदि ती वनस्पति ज्यादा खपत गरिएमा वा उपभोग गर्न अघि सही ढगले त्यसको प्रशोधन नगरमा ।

Pagkain

Makanan

食品

อาหาร

खाद्य

Ligtas na Pamamaraan

Tindakan untuk keamanan

食中毒予防のポイントは

มาตรการความปลอดภัย

संरक्षित जाव

Habitchuelas, pulang kidney beans, puting kidney beans, soya beans

Kacang ijo, Kacang merah, Kacang putih, Kacang kedelai

インゲン豆、赤インゲン、白インゲン、大豆
ถั่วเขียว ถั่วแดง ถั่วขาว
ถั่วเหลือง

हरियो गेडाग'डीहरू, रातो राजमा
गेडाग'डी, सेतो गेडाग'डीहरू, भटमास

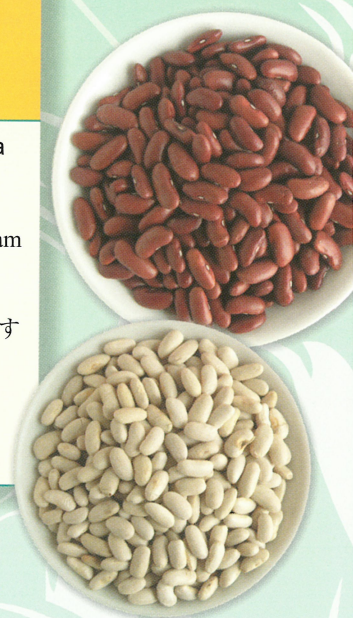
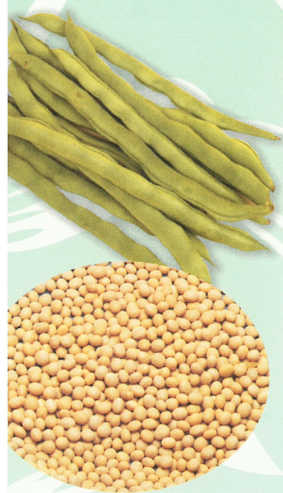
Lutuin nang lubos hanggang sa kumukulong temperatura matapos ito ay lubusang ibinabad sa tubig.

Masak sampai matang pada titik didih setelah direndam di dalam air secara menyeluruh.

水に十分に浸してから、沸騰状態で、徹底的に煮込みます

แช่ในน้ำก่อนลวก แล้วจึงต้มในน้ำให้เดือดทั่วๆ

पानीमा राम्ररी भिजाएर उम्लिने तापक्रममा राम्ररी पकाउने ।





Pagkain Makanan 食品 อาหาร खाद्य	Ligtas na Pamamaraan Tindakan untuk keamanan 食中毒予防のポイントは มาตรการความปลอดภัย संरक्षित जाच
---	---

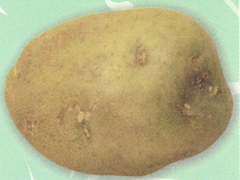
Labong, kamoteng kahoy Ubi tunas bambu (rebung) 竹の子、木の芋 หน่อไม้ มั่นสาปะหลัง बासका तामा, विरवाका जराहह	Tanggalin ang balat, ibabad sa tubig, hiwain ng maliliit na piraso at lutuin ng lubos sa kumukulong tubig. Buang kulitnya, rendam di air, potong kecil-kecil dan masak sampai matang di air mendidih. 皮をよく剥き、水に浸して、細かく切り分けて、熱湯で徹底的に煮込みます ปอกเปลือก แล้วแช่ในน้ำ หั่นเป็นชิ้นเล็กๆ แล้วจึงต้มในน้ำให้เดือดทั่วๆ बोकाहह निकाल'होस्, पानीमा भिजाएर स-साना ट'काहहमा काट्नु'होस् अनि राम्रोसाग उम्ले को पानीमा पकाउन'होस् ।
---	---



Bitter apricot seeds, flaxseeds Biji buah aprikot yang pahit, biji tumbuhan ホッキョウ、亜麻の種 เมล็ดแอพริคोटหรือทรสซม เมล็ดปอ एप्रिकोट दाना र फ्ल्याक्स सिड्स	Lutuin nang lubos sa kumukulong tubig. Limitahan ang pagkain kung ito ay niluto sa dry heat o sa kaunting tubig. Harus dimasak sampai matang di air mendidih. Batasi makannya jika dimasak dengan hanya cara pemanasan kering atau dibakar atau dimasak dengan sedikit air. 乾燥のまま、又は低い水分で調理の場合は、少なく食べましょう ต้มในน้ำให้เดือดทั่วๆ ควรบริโภคปริมาณน้อยหากปรุงด้วยการอบแห้งหรือใช้น้ำน้อย उम्लेको पानीमा राम्ररी पकाउन'होस् । स'ख्खा बवा थोरै पानीमा पकाएको भएमा कम मात्रामा उपभोग गर्नु'होला ।
--	--



Patatas Kentang ジャガイモ มันฝรั่ง आल'	Huwag kumain ng may ugat, berde o sirang patatas. Jangan makan yang ada akarnya, bagian yang warna hijau ataupun bagian yang busuk / rusak. 芽が出ていたり、緑色の部分になったり、傷や痛みのあるジャガイモを避けて下さい ห้ามบริโภคเมื่อมีหน่อหรือยังมีสีเขียวอยู่หรือเสีย ट'सा निस्किएको, हरियो भएको अथवा विग्रिएको आल' खपत नगर्नु'होस् ।
---	---



Ginkgo seeds Biji ginkgo 銀杏 (ギンナン) เมล็ดแปะก๊วย जीनको दाना	Huwag kumain ng hilaw. Limitahan ang pagkain lalo na sa mga bata. Jangan dimakan mentah, batasi makan-nya terutama pada anak-anak. 生のまま、そして、多く食べないこと。子供は避けた方が良いです ห้ามบริโภคดิบๆ และควรบริโภคปริมาณน้อย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เด็กๆ कच्चा प्रयोग नगर्नु'होस्, मात्रामा ध्यान प'र्याउन'होस् विशेष केटाकेटीहरूका लागि ।
---	--



Sariwang daylily Sayur kering segar 生鮮金針菜 (キンシンサイ) ดอกไม้จีนสด ताजा जीन फेन	Ang tuyong daylily ay ligtas na kainin. Sayur kering yang telah dikeringkan dapat dimakan dengan aman. 干乾しでは食用安全です หากเป็นดอกไม้จีนแห้ง สามารถบริโภคได้อย่างปลอดภัย स'ख्खा जीन फेन संरक्षित रूपले उपभोग गर्नु सकिन्छ ।
--	---



Ligaw na kabute Jamur liar きのこ เห็ดป่า जंगली च्याउ	Huwag pumitas at kumain ng ligaw na kabute. Jangan petik dan memakan jamur liar 勝手に採取し、摂食しないで下さい ห้ามเก็บเห็ดป่าและนำมาบริโภค जंगली च्याउ नटिप्नु'होस् अथवा उपभोग नगर्नु'होस् ।
---	--