



需要特別注意的食物

本文中心：本页讲解有关如何处理某些需要特别注意的食物，包括饭、豆类、介贝类、鱼、预制蛋浆、煎炸油和食用冰。

饭

- 米饭煮熟后，应保持摄氏 60 度或以上，直到上菜为止，否则应立即冷却并存放在雪柜中。
- 将饭分成小份或铺在干净的托盘上，可令米饭冷却得更快。
- 米可能含有蜡状芽孢杆菌的孢子。这是一种危险的细菌，不能通过烹饪或重新加热来消除。如果将煮熟的饭放在室温下，孢子可能会繁殖，并产生导致食物中毒的毒素。翻热并不会消除孢子和毒素。

豆类

- 未经处理的生豆须浸泡和煮熟，才可进食。
- 沙律里不应使用生豆或未煮熟的豆来烹制。
- 如果没有足够的浸泡和烹煮以消除豆中的天然毒素，可能会导致食物中毒。罐装豆类已经过足够的浸泡和煮熟。

介贝类海产

- 烹调前将所有带壳或破损的介贝扔到一边。
- 如果介贝在烹调前壳已经破裂或打开，可能不安全食用。
- 一般来说，介贝的壳是否打开及肉是否收缩，来判断是否煮熟。如果介贝在烹煮的过程中外壳没有打开，请将其丢弃。

鱼

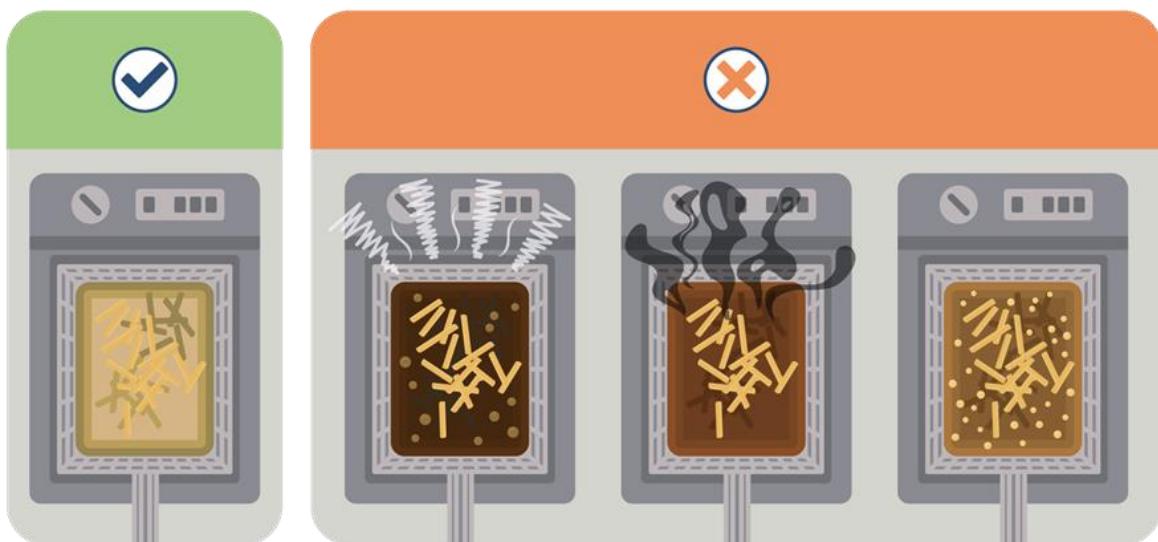
- 购买鲜鱼时，请将其保持在摄氏 0 至 4 度之间。
- 对于急冻（冷藏）鱼，应一直冷藏至使用为止。
- 某些鱼类如鲭鱼、金枪鱼、凤尾鱼和鲱鱼，若没有存放在适当的温度，可能会导致鲭鱼中毒（组胺中毒）。

混合蛋浆

- 混合蛋浆是指一次过打开若干只蛋，并放入于容器中混合而成的蛋浆。
- 混合蛋浆通常用于制作多客蛋类菜式，以节省时间和控制分量。
- 由于混合蛋浆含菌的机会较大，故应彻底煮熟，避免用于生或不熟透的菜式。
- 如选择使用混合蛋浆，制作后应以有盖容器贮存在雪柜内备用，使用时才取出所需分量。
- 混合蛋浆要即日用完，不要添加新蛋。

煎炸油

- 煎炸油如有异常颜色或气味(例如油膩味)、开始冒烟(在建议油炸温度 150-180°C 冒烟)，或出现泡沫(出现不易消散的奶白色泡沫)，便应及时更换。
- 不应添加新鲜油以作稀释或延长油的使用时间。
- 食物炸至金黄色或浅黄色即可，以减少丙烯酰胺产生。



食用冰

- 使用干净食水制造食用冰
- 使用洁净的容器贮存食用冰
- 以制冰机制造食用冰时，应按制造商的指引妥善清洁及保养制冰机。
- 制冰机应放在远离污染源头的位置
- 食用冰应与生的食物分开贮存，避免交叉污染。
- 使用洁净的器具(例如冰铲)取用食用冰，不要用手接触。

除了以上食材，还有其他食物在制作上需要食物处理人员额外注意，以防止食物中毒。下面提供一些示例；业界如需要制作这些食物，必须能够证明他们安全地执行相关操作。食安中心制定了多个食物安全指引，协助业界安全制作食物。[按此](#)以了解更多。

食品例如蛋制品、三文治、冰冻甜点、烧味、卤味、寿司/刺身、汉堡、盆菜和生食生蚝等。