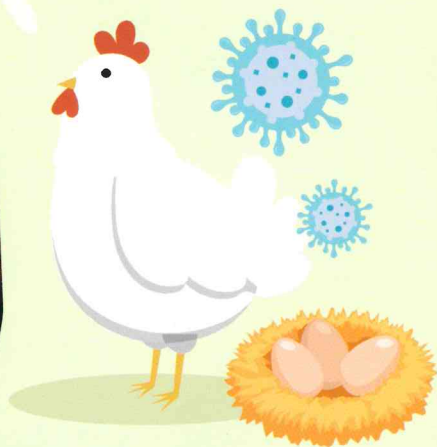


預防禽流感

食物安全建議





未經烹煮的禽鳥和禽鳥蛋可能被沙門氏菌或禽流感病毒等細菌或病毒污染

為避免因進食這類食物而受污染，要訣是徹底煮熟食物，殺死食物中的細菌和病毒。

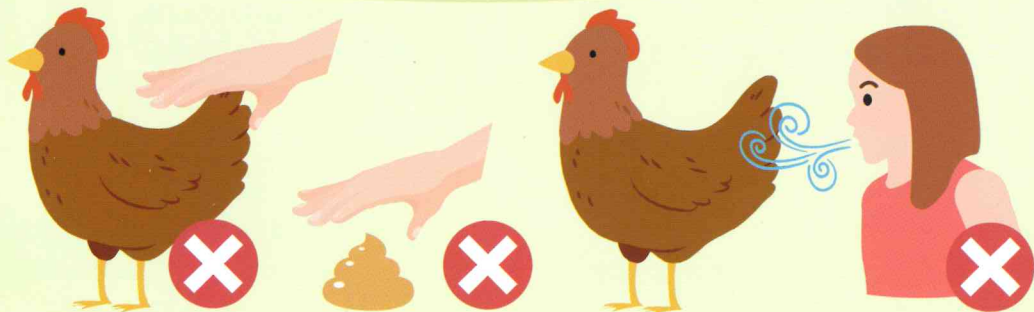
目前並無證據顯示經徹底煮熟的禽鳥和禽鳥蛋是傳播禽流感的源頭。因此，只要徹底煮熟禽鳥和禽鳥蛋，便可大大減低因進食而感染禽流感的風險。



要預防感染禽流感，須經常保持個人、食物及環境衛生。市民應謹記以下建議：

選購

- 選購活雞時，不要接觸雞隻或牠們的糞便，或用口吹雞隻的尾部



處理

- 處理活禽鳥、禽類製品或蛋前後，要用洗手液和水徹底洗淨雙手
- 徹底清洗所有曾經用作處理禽類製品或蛋的工作枱面、器皿及設備
- 用不同的刀和砧板，分開處理生的食物和即食食物
- 未經烹煮的禽肉須存放於有蓋的容器內，才放在雪櫃下格貯存。即食食物及熟食則應放在雪櫃上格，以免交叉污染
- 不要食用有裂痕的蛋



生



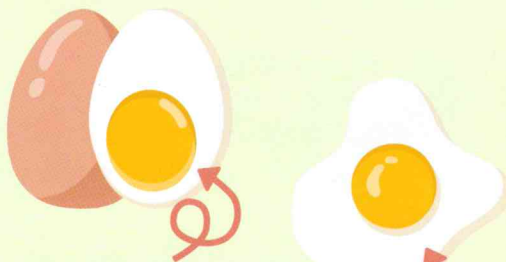
熟



- 沖洗生的禽肉時，飛濺的水花可帶有細菌，污染附近的表面、器具或食物。如果需要沖洗，沖洗後必須徹底清洗水槽（鋅盆）及四周的範圍，以防交叉污染
- 在一般情況下，雞蛋是不用清洗的。但雞蛋若被禽鳥糞便污染，可用水清洗（如有需要，可用家居洗滌劑輔助清洗）。清洗後，應立刻把雞蛋烹煮

進食

- 避免食用生或未徹底煮熟的蛋或蛋製品（例如自製蛋黃醬、火鍋蘸醬、意大利芝士蛋糕等）
- 蛋要徹底煮熟，直至蛋白及蛋黃煮至堅實
- 如需要製作含生或半生熟蛋的菜式，應使用經巴士德消毒的蛋或蛋製品
- 禽鳥必須徹底煮熟才可食用，禽肉中心溫度須達至攝氏 75°C
- 如禽鳥在烹煮後仍有粉紅色肉汁流出或骨的中心部份呈紅色，應再烹煮直至熟透



✓ 蛋白及蛋黃煮至堅實



✓ 經巴士德消毒的蛋或蛋製品



✓ 75°C



食物安全中心制定了《蛋及蛋製品：給食物業的食物安全指引》，協助業界烹製和熟買雞合乎衛生又可供安全食用的蛋及蛋製品。相關建議不僅適用於食物業，在家也同樣適用，有助減少食物中毒的風險。詳情請掃描二維碼：

