

# 需要特別注意的食物



本文中心：本頁講解有關如何處理某些需要特別注意的食物，包括飯、豆類、介貝類、魚、預製蛋漿、煎炸油和食用冰。

## 飯

- 米飯煮熟後，應保持攝氏 60 度或以上，直到上菜為止，否則應立即冷卻並存放在雪櫃中。
- 將飯分成小份或鋪在乾淨的托盤上，可令米飯冷卻得更快。
- 米可能含有蠟狀芽孢桿菌的孢子。這是一種危險的細菌，不能通過烹飪或重新加熱來消除。如果將煮熟的飯放在室溫下，孢子可能會繁殖，並產生導致食物中毒的毒素。翻熱並不會消除孢子和毒素。

## 豆類

- 未經處理的生豆須浸泡和煮熟，才可進食。
- 沙律裏不應使用生豆或未煮熟的豆來烹製。
- 如果沒有足夠的浸泡和烹煮以消除豆中的天然毒素，可能會導致食物中毒。罐裝豆類已經過足夠的浸泡和煮熟。

## 介貝類海產

- 烹調前將所有帶殼或破損的介貝扔到一邊。
- 如果介貝在烹調前殼已經破裂或打開，可能不安全食用。
- 一般來說，介貝的殼是否打開及肉是否收縮，來判斷是否煮熟。如果介貝在烹煮的過程中外殼沒有打開，請將其丟棄。

## 魚

- 購買鮮魚時，請將其保持在攝氏 0 至 4 度之間。
- 對於急凍（冷藏）魚，應一直冷藏至使用為止。
- 某些魚類如鯖魚、金槍魚、鳳尾魚和鯡魚，若沒有存放在適當的溫度，可能會導致鯖魚中毒（組胺中毒）。

## 混合蛋漿

- 混合蛋漿是指一次過打開若干隻蛋，並放入於容器中混合而成的蛋漿。
- 混合蛋漿通常用於製作多客蛋類菜式，以節省時間和控制分量。
- 由於混合蛋漿含菌的機會較大，故應徹底煮熟，避免用於生或不熟透的菜式。
- 如選擇使用混合蛋漿，製作後應以有蓋容器貯存在雪櫃內備用，使用時才取出所需分量。
- 混合蛋漿要即日用完，不要添加新蛋。

## 煎炸油

- 煎炸油如有異常顏色或氣味(例如油膩味)、開始冒煙(在建議油炸溫度 150-180°C 冒煙)，或出現泡沫 (出現不易消散的奶白色泡沫)，便應及時更換。
- 不應添加新鮮油以作稀釋或延長油的使用時間。
- 食物炸至金黃色或淺黃色即可，以減少丙烯酰胺產生。



## 食用冰

- 使用乾淨食水製造食用冰
- 使用潔淨的容器貯存食用冰
- 以製冰機製造食用冰時，應按製造商的指引妥善清潔及保養製冰機。
- 製冰機應放在遠離污染源頭的位置
- 食用冰應與生的食物分開貯存，避免交叉污染。
- 使用潔淨的器具(例如冰鏟)取用食用冰，不要用手接觸。

除了以上食材，還有其他食物在製作上需要食物處理人員額外注意，以防止食物中毒。下面提供一些示例；業界如需要製作這些食物，必須能夠證明他們安全地執行相關操作。食安中心製定了多個食物安全指引，協助業界安全製作食物。[按此](#)以了解更多。

食品例如蛋製品、三文治、冰凍甜點、燒味、滷味、壽司/刺身、漢堡、盆菜和生食生蠔等。