



## **Merkblatt**

### Tipps für Haushalt und Küche

Im Interesse der eigenen Gesundheit und des erwünschten Genusses beim Verzehr der Speisen sind folgende Grundregeln von großer Bedeutung.

Das Ziel dieser Regeln ist:

1. Die Verhütung der Kontamination mit Keimen und Erregern, und bei eingetretener Kontamination,
  2. die Verringerung der Gefahr durch Beseitigen der Keime (z. B. Erhitzen, Desinfizieren) oder durch Verhüten der Vermehrung (z. B. Kühlen).
- Hände waschen, eine einfache und zugleich wichtige Hygienemaßnahme:  
Vor der Zubereitung, aber auch zwischen verschiedenen Arbeitsschritten – wie Gemüse putzen und Eier aufschlagen – sowie nach jedem Toilettenbesuch gründlich die Hände waschen.
  - Wunden können mit Mikroorganismen infiziert sein, die zu den Lebensmittelvergiftern zählen. Decken Sie die Wunde mit einem wasserdichten Pflaster oder einem Gummihandschuh ab.
  - Tauen Sie Geflügel und Fleisch im Kühlschrank auf. Auftauflüssigkeit kann Salmonellen enthalten, schütten Sie sie daher weg!!
  - Trennen Sie saubere von unsauberer Arbeit: Messer oder Unterlagen, die mit Fleisch, Geflügel, Fisch oder erdigem Gemüse in Berührung kamen, sofort nach der Benutzung mit heißem Wasser und Reinigungsmittel gut reinigen, bevor sie für die Zubereitung von anderen Lebensmitteln verwendet werden.
  - Erhitzen Sie Geflügel, Hackfleisch und Eierspeisen gut durch: Keime wie Salmonellen werden erst nach 10 Minuten bei Kerntemperaturen von 70 bis 80 Grad Celsius zuverlässig abgetötet.
  - Wechseln Sie Lappen, Spülbürsten und Tücher regelmäßig: Handtücher mindestens einmal in der Woche, Lappen etwa alle 3 – 4 Tage.
  - Tauschen Sie zerkratzte Brettchen aus, gleich ob sie aus Holz oder Plastik sind.
  - Nicht auf offene Lebensmittel husten oder niesen: Im Nasen- und Rachenbereiche finden sich auch bei gesunden Menschen Keime, die Lebensmittelinfektionen auslösen können.

Die Ausführungen dieses Merkblattes erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Für Informationen, die über den Inhalt des Merkblattes hinausgehen, wenden Sie sich bitte an den oben benannten Fachdienst unter der angegebenen Anschrift.