

NEKOLIKO KORISNIH SAVJETA

Kod kupnje svježeg mesa i mesnih izradaka za roštilj proučite njihov izgled i pažljivo birajte mjesto kupnje!

U MESNICI...

Svježe meso ima sjajnu površinu, karakterističnu boju i miris zavisno od vrste, a udubljenje nastalo pritiskom prsta, brzo se ispravlja jer mu je površina elastična. Staro i odstajalo meso ima neugodan vonj, sluzavu, ljepljivu i neelastičnu površinu, koja je umjesto karakteristične boje poprimila sivkasto-zelenkaste, ponekad tamno crvene i smeđe tonove. Odstajalo unaprijed mljeveno meso kod odvajanja nitasto se razvlači.

Kobasice, pljeskavice, čevapčići i slični gotovi gril-proizvodi od usitnjenoga mesa, ako su odstajali, unatoč začimima imaju sivkasto boju, sluzavu ljepljivu površinu, gnjecavi su i neugodno vonjaju, a na prerezu pokazuju tipično nitasto razvlačenje.

OPREZ!

Kod svih vrsta sve popularnijih, gotovih gril-proizvoda, posebice onih od usitnjenoga mesa, riskirate ne samo mogućnost dodatka odstajalih dijelova mesa, već i vrsta i dijelova mesa koje u kupljenom proizvodu ne očekujete (primjerice piletina ili iznutrice u gril-kobasicama koje se prodaju kao "svinjske")!

U DOBRO OPREMLJENOJ TRGOVINI...

Svježe meso i mesni proizvodi obično dolaze u trgovinu u takozvanom konfekcioniranom obliku, u svježem ili smrznutom stanju. Ako trgovina nema prostor za rasijecanje i obradu mesa, ono se čuva u rashladnim vitrinama (svježe) ili u zamrzivačima (zamrznuto) pod sljedećim uvjetima:

- umotano u prozirnu foliju sa nalijepljenom deklaracijom
- deklaracija sadrži naziv proizvoda i proizvođača, informaciju o podrijetlu i sastavu - ako je u pitanju usitnjeno meso ili kobasica, datum obrade ili mljevenja za svježe meso, datum proizvodnje za kobasice, hamburgere, čevapčice i slične proizvode, te rok trajanja, a za zamrznuto meso i proizvode - uputu o načinu čuvanja
- svježe meso i proizvodi čuvaju se na temperaturi do +8°C najduže 72 sata
- duboko zamrznuto meso i proizvodi čuvaju se na temperaturi od -15°C najduže 30 dana od dana obrade ili proizvodnje.

Primijetite li negativnosti pri kupnji, upozorite na njih prodavača ili poslovođu, kako bi spriječili neugodnosti ostalim potrošačima! Dogodi li Vam se unatoč svemu neko od ljetnih trovanja hranom, obavezno potražite liječnika!

AKO STE PAK SIGURNI DA ZA TROVANJE NISTE SAMI KRIVI, OBRATITE SE HRVATSKOJ UDRUZI ZA ZAŠTITU POTROŠAČA - HUZP

H U Z P, PP 95
10090 ZAGREB-SUSEDGRAD
Tel.: 46 - 333 - 66
e-mail: huzp@zg.hinet.hr

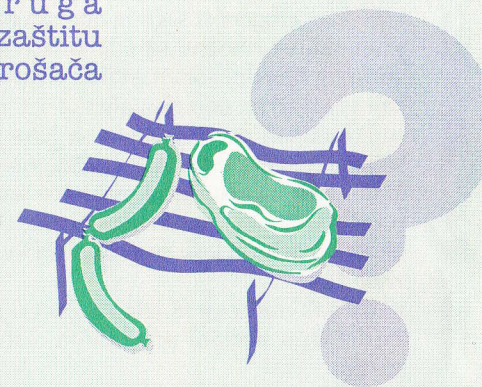
PORUKA BR. 5

HU
ZP

SRPANJ 2001.

hrvatska
u d r u g a
za zaštitu
potrošača

Ljetna trovanja hranom: NEVOLJE S ROŠTILJEM



Poštovani potrošači,

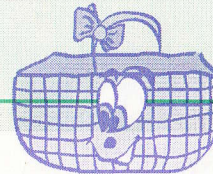
Ljetne vrućine, potkrijepljene umorom, neminovno mijenjaju i prehrabene navike! Na jelovniku je sve češće hrana koja se brzo, lako i jednostavno priprema! Miris roštilja sve se češće širi dvorištima, proplancima, vrtovima kuća za odmor...

No, jeste li ikad razmišljali o negativnoj strani ovog omiljenog ljetnog načina pripremanja hrane, čija opasnost leži upravo u jednostavnosti pripreme: bez puno kuhanja i pečenja?!!!

Čitav niz jela spravljenih na "ljetni" način mogu izazvati već poznata ljetna trovanja hranom, što Vam lako može pokvariti radost godišnjeg odmora i prouzročiti zdravstvene probleme s dalekosežnim posljedicama.

Ovim letkom skrećemo Vam pažnju na niz opasnosti koje vrebaju iz "ljetne kuhinje" uz niz praktičnih savjeta kako izbjeći rizike i njihove neugodne posljedice.

Ipak, nije sve tako crno kako se na prvi pogled čini!
Stoga Vam želimo dobar tek i ugodan odmor
s nadom da će Vam naš letak u tome pomoći.



DVOJBENE DELIKATESE



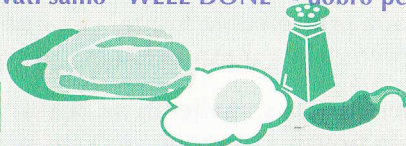
ROŠTILJ

Točna je tvrdnja nutricionista kako je, zbog manjeg sadržaja masnoće, odrezak na žaru "zdraviji" od pohanog. Ali je točna i tvrdnja znanstvenika kako kancerogenost sočnog odreska na žaru uopće nije zanemariva! Naime, primamljiva rumeno smeđa korica mesa pripremljenog na žaru puna je opasnog benzipirina, nastalog u dimnom kondenzatu izgorjele masnoće, koji se taloži na odresku, pljeskavici, čevapčićima, kobasicama... Stručnjaci su izračunali da 1 kg mesa sa žara sadrži toliko ove kancerogene tvari koliko i 500 cigareta. Stoga roštilj mora imati ploču za pečenje sa odvodnim žljebicima za otoplenu masnoću kako ova tijekom pečenja ne bi kapala u žar stvarajući opasan kondenzat. Dakle svi improvizirani roštilji na piknicima u prirodi loša su protuteža kvalitetnoj namjeri boravka na svježem zraku!

Kada pak naručujete jela sa žara u restoranu, provjerite izgled roštilja! Roštilj bi u svakom pristojnom restoranu trebao biti dostupan pogledu gostiju!

Ako je roštilj savršeno ispravan i sigurni ste da Vaš odrezak nije pečen izravno nad otvorenim žarom, sljedeća opasnost vreba iz nedovoljno pečenog komada mesa kojeg ste naručili ili sami ispekli na žaru! U renomiranim restoranima svijeta za "odrezak na naglo" koji u sredini nije dovoljno pečen - gost sam snosi odgovornost za svoju želju. Bez odobrenja gosta smije se posluživati samo "WELL DONE" - dobro pečen odrezak!

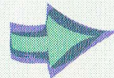
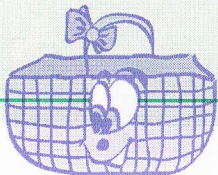
BEEF STEAK TARTAR



Ista pravila vrijede i za popularni "BEEF STEAK TARTAR", gurmanski namaz od usitnjenog začinenog sirovog mesa. U pravilu ova se delikatesa mora poslužiti tako da svaki sastojak bude odvojen, ne zbog mogućnosti doziranja začina, već da bi se gost osobno uvjerio u kvalitetu i svježinu osnovnih sastojaka: mesa i jaja. Nikako ne nasjedajte ovom gurmanluku već izmiješanom po "posebnom receptu kuće", jer dodani začini poput češnjaka, papra i chilija mogu maskirati tragove neugodnog mirisa pokvarenog mesa ili jaja!

Zapamtite:

Najčešća ljetna trovanja hranom proizlaze iz nedovoljno termički obrađenih jela od mesa i mesnih proizvoda!



Ljetne vrućine, višesatno stajanje hrane izvan hladnjaka, nehigijenski uvjeti manipuliranja i pripremanja hrane - poput roštilja u prirodi - vrlo su dobri preduvjeti za razvoj niza uzročnika ljetnih trovanja mesom i mesnim proizvodima.

SALMONELOZA

Antibiotici dodavani stočnoj hrani, radi preventive i boljeg prirasta, tijekom vremena izazvali su razvoj sve otpornijih sojeva salmonele. Znanstvenici ukazuju na činjenicu da je već oko 7 standardnih evropskih antibiotika rezistentno na određene sojeve salmonele čime se izravno povećava mogućnost širenja zaraze putem kontaminirane, nedovoljno termički obrađene hrane ili putem manipulacije hranom već zaraženih osoba. Najčešći znaci trovanja salmonelom su povraćanje, proljev, bolovi u trbuhu i visoka temperatura, a pojavljuju se 12 do 24 sata nakon konzumacije zaražene hrane. Ako se ne liječi, bolest može imati ozbiljne dugoročne posljedice.

KOLITIS

Klasična "bolest prljavih ruku" koju u nehigijenskim uvjetima pripremanja hrane uzrokuje bakterija *Escherichia coli*, također sa sve više rezistentnih sojeva, vrlo je česta u ljetnim mjesecima. Bolest se očituje proljevom, bolovima u trbuhu, visokom temperaturom i malaksalošću, a javlja se već nekoliko sati nakon konzumacije zaražene hrane.

BOTULIZAM

Bakterija *Clostridium Botulinum* koja živi u zemlji, izlučuje jedan od najotrovnijih danas poznatih toksina i izaziva vrlo ozbiljno trovanje hranom - botulizam. Javlja se u uvjetima iznimno niske razine higijene, primjerice na pikniku u prirodi, gdje meso za roštilj dolazi u doticaj sa zemljom ili se začinja sadržajem zaražene konzerve. Bolest se razvija 18 do 36 sati nakon konzumacije zaražene hrane a očituje se općom malaksalošću, bolovima u mišićima, vrtoglavicom, glavoboljom, suhoćom sluznica i zatvorom. Bez hitne liječničke intervencije, kod 15 do 65% zaraženih, bolest je smrtonosna!

POSEBNA OPASNOST - MLJEVENO MESO

Mljeveno meso, zbog velike površine dostupne bakterijama, a nedostupne pranju i dovoljnoj termičkoj obradi, osobito je povoljna podloga za brzi razvoj niza bakterija koje svojim toksinima uzrokuju trovanja. Stoga jela od mljevenog mesa ljeti treba izbjegavati. Popularne pljeskavice, hamburgeri i čevapčići moraju biti priređeni od posve svježeg mljevenog mesa, a termički obrađeni tako da se i u sredini postigne temperatura pečenja barem 80°C.

Prema postojećim propisima mesnice nesmiju na zalihi držati unaprijed mljeveno svježe meso: iz higijenskih razloga i zbog upitnosti o podrijetlu i sastavu obzirom na vrstu mesa koju kupac želi kupiti. Potrošač ima pravo tražiti da se u njegovoj prisutnosti samelje određeni komad mesa prema vlastitom odabiru.

