

Menggunakan 'Salad Bar' dan 'Self Service' di rumah makan dan kedai 'Takeaway'. Pastikan makanan terlindung - biasanya sehelai plastik bening menutupi serta melindungi makanan tersebut dari batuk dan bersin. Seharusnya di situ terdapat peralatan khusus terpisah untuk setiap makanan yang berbeda dan peralatan tersebut haruslah bergagang panjang untuk menghindari sentuhan tangan pada makanan. Sekali lagi, makanan panas harus panas sekali dan makanan dingin harus dingin sekali.

Namun jangan lupa bahwa satu dari lima kasus keracunan makanan berasal dari makanan yang disiapkan dari rumah. Aturan-aturan yang penting untuk dapur Anda sendiri: sehabis menggunakan kamar kecil, atau memegang binatang atau makanan mentah, cucilah tangan dengan sabun dan air hangat paling sedikit selama 30 detik sebelum menangani makanan. Pergunakanlah papan-papan alas pemotong terpisah khusus untuk makanan matang dan makanan mentah; cucilah peralatan dapur seperti pisau-pisau dengan air sabun panas apabila akan dipergunakan untuk makanan mentah setelah dipergunakan untuk makanan matang dan sebaliknya.

Untuk keterangan lebih lanjut mengenai bagaimana memastikan keamanan makanan, silakan menghubungi Geoff Tan pada telepon nomor (02) 9515 3242

Nomor telepon ini betul saat sebaran dicetak tetapi tidak terus diperbaharui bila ada perubahan. Mungkin masih harus Anda tengok di buku telepon.

**Makan di Luar?
Bagaimana memastikan keamanan
makanan.**

***Eating Out?
How to make sure food is safe.***

Makan di Luar?

Bagaimana memastikan keamanan makanan.

Eating Out?

How to make sure food is safe.

Cara hidup yang sibuk berarti kita lebih banyak makan di rumah makan atau dari kedai 'fast food'. Tetapi jika makanan tidak ditangani secara higienis, atau tidak di simpan pada suhu yang benar, makanan tersebut akan menyebabkan kita sakit - setiap tahun di Australia 1,5 juta orang sakit disebabkan oleh sesuatu yang mereka makan.

Berikut ini bagaimana menjamin keamanan makanan yang dikonsumsi di luar rumah...

Apakah rumah makan atau kedai makanan 'takeaway' cukup bersih? Lantai, tempat kerja dan meja yang kotor dapat membawa bakteri dan menarik binatang atau serangga yang merugikan manusia. Jika karyawan tidak bisa menjaga kebersihan tempatnya, mungkin mereka juga tidak bisa menjaga kebersihan makanannya. Karyawan harus membersihkan tangan dan pakaian kerja mereka, serta mempergunakan penjepit untuk mengambil makanan.

Apakah makanan amat panas atau amat dingin? Baik di rumah maupun di rumah makan, suatu aturan yang penting diketahui yaitu bahwa makanan panas harus dijaga selalu panas sekali dan demikian pula makanan dingin juga dijaga agar selalu dingin sekali. Makanan yang dimasak disajikan langsung dari dapur atau lemari pajang panas harus dalam keadaan panas mengepul dan harus segera dimakan. Makanan dingin harus terasa dingin dan dipajang di atas es atau di dalam lemari pendingin. 'Sandwich' dan 'roll' (roti kadet) yang sudah

siap santap dan mengandung bahan-bahan yang dapat busuk, seperti keju, telur dan daging juga harus ditaruh di lemari pendingin - kalau tidak janganlah dibeli. Sama halnya dengan mi basah atau nasi. Kalau tidak disajikan panas-panas, makanan tersebut harus disimpan dalam lemari pendingin.

Jangan takut mengembalikan makanan yang suam (hangat) atau belum matang, terutama makanan laut, ayam/bebek/burung, serta daging. Amatlah penting agar masakan dari daging lumat, seperti 'mince', hamburger dan sosis benar-benar matang luar dalam. Sama halnya dengan roti kadet daging dan ayam, dsb. Dengan daging-dagingan itu kuman-kuman penyebab keracunan makanan dapat bercokol di seluruh makanan - tidak saja hanya di bagian luarnya. Masakan yang benar-benar matang membunuh kuman-kuman tersebut. Tetapi jika dagingnya masih kemerah-merahan di dalamnya, dan sausnya juga kemerah-merahan, tidak bening, maka daging tersebut belum matang. Untuk bistik dan daging panggang utuh boleh tidak terlalu matang karena biasanya kuman-kuman hanya terdapat di luarnya - tapi yang paling baik jangan menyantapnya dalam keadaan 'rare' (agak mentah).

Jika Anda mengembalikan masakan daging atau ayam/bebek/burung yang kurang matang, pastikan bahwa semua yang berada di atas piring juga diganti - sayur, nasi atau pasta yang mungkin telah terkena saus dari daging yang kurang matang tersebut.

Santaplah segera makanan 'takeaway'. Membiarkan makanan yang telah siap dimakan di tempat sembarangan merangsang pertumbuhan bakteri yang meracuni makanan. Jika Anda membawa pulang makanan tersisa dari rumah makan, segeralah bawa pulang dan langsung taruhlah di lemari es. Santaplah dalam kurun waktu 24 jam.