

안선영씨(Sonia An)에게 9515 3366으로 전화연락하면 조언을 받을 수 있다.

multicultural
communication

November 10, 1997
KOREAN

위의 전화번호들은 출판 당시에 정확한 것으로 계속해서
업데이트를 위해 보건복지부에서
번호를 확인해 봐야 할 경우도 있을 것입니다.

매식과 식품위생

Eating away from home? How to make sure food is safe.

NSW Multicultural Health Communication Service
website: <http://mhcs.health.nsw.gov.au>
e-mail: mhcs@doh.health.nsw.gov.au
phone: (02) 9382 8111

NSW HEALTH
DEPARTMENT

매식과 식품위생

의사 앤드류 윌슨

바쁜 생활을 하다보면 음식점이나 간여식당에서 식사를 하게 되는 경우가 종종 생긴다. 그런데 이 음식들이 위생적으로 다루어 지지 않거나 적정 온도에 보관되지 않으면 식중독에 걸리는 수가 있다. 해마다 호주에서는 천오백만 명씩이나 되는 사람들이 먹은 음식 때문에 병을 앓게 된다.

다음은 밖에서 사 먹는 음식의 위생도를 판단해 낼 수 있는 방법들이다.

- 음식점/테이크웨이 상점이 청결한가? 더러운 바닥, 주방대, 테이블에는 세균이 묻어있기 쉬우며 해충이 꼬이기 쉽다. 옥내를 청결히 유지하지 못하는 음식점은 음식도 깨끗이 관리하지 못한다고 볼 수 있다. 음식점 직원들은 손을 청결히 하고 깨끗한 유니폼을 착용해야 하며, 음식은 집게로 집도록 해야한다.
- 음식이 아주 뜨겁거나 아주 차가운가? 집에서든 음식점에서든 중요하게 지켜야 할 법칙으로, 더운음식은 아주 뜨겁게 보관해야 하고 찬음식은 아주 차게 보관해야 한다. 음식점의 주방에서 요리하여 나오는 음식이나 온장 음식진열대에서 덜어내는 음식은 김이 폭폭 날 만큼 뜨거워야 하고 곧바로 먹어야 한다. 찬음식은 만지면 차가워야 하고 얼음 위 또는 냉장상태에서 진열되어야 한다. 치즈, 달걀, 고기 등의 썩기 쉬운 음식이 들어 있는, 미리 만들어서 파는 샌드위치와 롤빵도 또한 냉장되어 있어야 한다 - 냉장되어 있지 않으면 사지 말아야 한다. 물국수나 떡같은 쌀제품의 경우도 마찬가지이다. 뜨겁게 파는 음식이 아니면 반드시 냉장되어 있어야 한다.
- 특히 해물이나 육류의 경우, 미지근하거나 덜익은 음식은 서슴치 말고 되돌려 보내도록 한다 햄버거나 소세지같이 간 고기로 만든 음식은 반드시 속까지 철저히 익혀야 한다. 그리고 고기를 돌돌 말아서 만든 롤드로스또나 닭고기의 경우도 마찬가지이다. 이런 종류의 고기들은 식중독을 일으키는 균들이 겉에만 있는 것이

아니라 속까지 들어가 있을 수 있다. 따라서 균을 모두 죽이려면 속까지 철저히 익혀야 한다. 고기의 속 색깔이 연홍색이거나 고기즙이 맑지 않고 연홍빛이 나면 고기가 설익은 것이다. 스테이크와 덩어리 로스트는 균이 보통 겉에만 있기 때문에 속이 덜 익어도 괜찮다 - 그래도 너무 안 익은 고기는 먹지 않는 것이 좋다.

덜 익은 고기음식을 되돌려 보낼 때는 고기만이 아니라 같은 접시에 담겨있던 음식 전체를 신선한 것으로 교환시키도록 해야 한다 - 고기와 함께 담겨 있던 야채, 밥, 파스타 등도 덜 익은 고기의 즙에 있던 균에 오염되어 있을 수 있다.

- 테이크웨이 음식은 빨리 먹도록 한다 만들어 놓은 음식을 먹지 않고 놔두면 식중독균이 자라기 쉽다. 음식점에서 먹다 남은 음식을 집으로 가져 갈 경우에도, 집으로 곧장 가서 곧바로 냉장고에 넣었다가 24시간 이내에 먹어야 한다.
- 음식점이나 테이크웨이 상점에서의 셀러드바와 셀프서비스 음식이 보호막으로 가려져 있는가 확인해야 한다 - 보통 투명한 플라스틱 커버로 기침이나 재채기가 음식에 튀이지 않도록 음식 전체를 위에서 가로 막는 것. 그리고 음식을 덜어내는 기구는 음식마다 따로따로 준비되어 있어야 하며, 손이 음식에 닿는 일이 없도록 하기 위해 기구의 손잡이가 길어야 한다. 그리고 다시 강조하지만, 더운 음식은 아주 뜨거워야 하고 찬 음식은 아주 차야 한다.

그러나 한가지 염두에 두어야 할 것은 식중독 사건 다섯 중에 하나가 가정에서 장만한 음식에서 생긴다는 것이다. 다음은 가정에서 음식을 장만할 때 따라야 할 중요한 규칙들이다: 음식을 다루기 전이나 화장실에 다녀온 후, 또는 동물이나 날고기를 만진 후에는, 따뜻한 물과 비누로 적어도 30초 동안 손을 씻는다. 익힌 음식을 써는 도마와 날 음식을 써는 도마는 따로 사용한다: 날음식에 사용했던 칼이나 그외의 도구들을 익힌 음식에 사용하려고 할 때는 먼저 뜨거운 비눗물에 씻어야 한다.

안전음식에 대하여 더 궁금한 사항이 있는 경우에는, 한국어로 하는