

DOBROU CHUŤ, POKUD ZROVNA NĀŠCO JĀTE - 1.

PĀitek, 23 prosinec 2022

Možná, že jsem vám tímto trošku později citivějším připomněla jednoho kdysi známého páina, ale o zrovna to nebude... Otravu jádlem si alespoň jednou za život protrpět téměř každá. Bakterie obsahují v potraviny, a pokud je neskladujete ve správných podmínkách – tedy nejprve v chladu a horko skutečně horko – se rychle množí a způsobí otravu. Co je horší (když to připadne), tak většina z nás ani nechce vědět, co ho vlastní márně symptomy, jako je nevolnost, průjem a křeče, obvykle přecházejí mě vnutřím ruky s tím, že "zase státní chřipka".

Podle výskytu nemocí a toho, jak často se jejich nositelé vyskytují na našem vidličce, náš seznam věcí, kvůli kterým byste mohl objímat záchodovou mísu. Suma summarum – skvělá recept na "istá živobytí".

Dnes tedy začneme prvním, a to je:

KUŤE

Skrytá nebezpečí:

Na kuřatech by měla být nalepená varovná etiketa podobná jako na cigaretách. Vášeň zkoumá prokázaly, že v syrových brojlerech se v hojně množí vstřískají bakterie *Campylobacter jejuni* a *Salmonella enteritidis*. Když vezmete v úvahu, že podle statistik ministerstva zemědělství průměrně každý z nás zkonzumuje 24 kg drůbežové masa, je jasné, že ke kuřatům by se měly přibírat sáňky na zvracení.

Připravte si nákup:

Drůbež kupujte v hradně v solidních obchodech se spolehlivým chladičem boxem a tam, kde máte jistotu, že dostanete zaručeně první zboží. Vyberte hluboko zmrazené nebo první kuřata a důkladně kontrolujte datum expirace.

Mražené kuřecí přepřem pravou rozmrazte v mrazáku nebo v chladničce nebo ve spízi (nikoli na kuchyňském stole, kde je moc teplo) a vařte přem vnitřně – teplotě alespoň 80 °C. (Pokud pečete kuřecí vcelku, mějte teplotu v nejsilnější části stehna.)

Maso nikdy nejezte, mějte-li růžovou barvu nebo je-li krvavé. Zabodnete-li vidličku do stehna, musí vytékat čirá nekrvavá šťáva.

Ušně si dějte na vařeně – jakkoliv zraje, rukou, jasně jste se dotkali syrového masa a drůbeže, se nesmíte dotknout žádných potravin, kterou nebudete tepelně zpracovávat. I tak by se bakterie mohly rozšířit.

Doufám, že tohle všechno jste věděli

a hlavně to dodržujete

d@niela