

식품 구입부터 안전하게 시작해요

식품은 실온 보관한 지 60분이 지나면 식품의 세균 수가 급속히 증가하므로 필요한 재료만 빠르게 구입하고, 구입한 식품은 안전하고 올바르게 보관하여 식중독을 예방할 수 있도록 해야 함

1 장보기 순서



2 식품별 냉장 보관 방법

<p>육류</p> <p>냉장 보관 (장기간 저장할 때는 냉동 보관)</p>	<p>어류</p> <p>내장을 제거하고 흐르는 물로 씻어 물기를 없앤 후 다른 식품과 접촉하지 않도록 분리하여 냉장·냉동 보관</p>	<p>채소</p> <p>물기를 제거한 후 밀봉하여 냉장 보관 (씻지 않은 것과 섞이지 않도록 분리 보관)</p>
<p>두부</p> <p>찬물에 담가 냉장 보관 (포장 제품 제외)</p>	<p>패류</p> <p>흐르는 수돗물로 깨끗이 씻은 후 냉장·냉동 보관</p>	<p>달걀</p> <p>씻지 않은 상태로 냉장 보관</p>
<p>우유</p> <p>10℃ 이하로 냉장 보관</p>		

3 냉동 보관할 수 없는 식품

<p>마요네즈</p> <p>기름과 달걀이 분리</p>	<p>크림소스</p> <p>응고, 층 분리</p>	<p>양배추·배추·샐러디</p> <p>수분 증발로 인한 조직감 변화</p>
<p>요거트</p> <p>단백질 응고</p>	<p>달걀(껍데기)</p> <p>껍질 손상·오염 가능성</p>	<p>캔 제품</p> <p>내용물의 품질 변화, 용기 팽창</p>