

# weet wat je eet

## vijf sleutels voor veilig voedsel

Op 17 oktober was het Voedselagentschap aanwezig op het voedings salon. In debat met een acteur werd op ludieke wijze aangetoond dat voedselveiligheid ook een zaak is van de consument. Je voedsel veilig houden is helemaal zo moeilijk niet als sommigen denken. Eigenlijk volstaat het vijf eenvoudige regels te volgen.

Sleutel 1: gebruik goede producten en drinkbaar water!

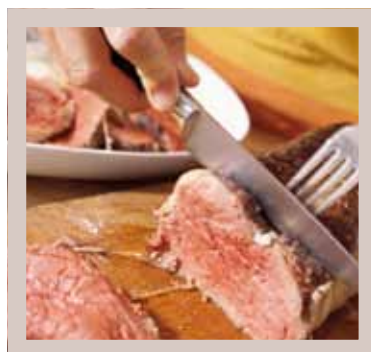


- Na het boodschappen doen zo snel mogelijk naar huis en wat koel moet bewaard worden direct de koelkast in
- Kijk naar de houdbaarheidsdata en lees aandachtig de raadgevingen op de etiketten ivm bewaring of gebruik
- Beschadigde verpakkingen vermijden
- Gebruik schoon en veilig water
- Altijd groenten en fruit wassen, zeker als ze rauw worden gegeten
- Vergeet de voorverpakte en voorgesneden rauwe groenten niet te wassen.

### Waarom?

Rauw voedsel, vuil water en ijs kunnen besmet zijn met gevaarlijke micro-organismen en chemische stoffen. Giftige chemische stoffen kunnen worden gevormd in beschadigd en beschimmeld voedsel. Het risico hierop kan worden vermindert door je voedsel zorgvuldig uit te zoeken en eenvoudige maatregelen te nemen als wassen en schillen.

Sleutel 2: hou rauwe en bereide voeding apart!



- Hou rauw vlees, rauwe kip en rauwe vis gescheiden van ander voedsel
- Gebruik voor rauwe producten liefst telkens andere messen, vorken en snijplanken
- Gebruik bij het bereiden van voedsel nooit schalen, vorken of messen waar al rauwe producten op gelegen hebben zonder ze eerst grondig gereinigd te hebben
- Bewaar voedsel in gesloten recipiënten. Zo voorkom je dat rauw en bereid voedsel met elkaar in contact komen.

### Waarom?

Op rauw voedsel en dan vooral vlees, kip of vis en in hun sappen kunnen gevaarlijke micro-organismen zitten.

Deze micro-organismen kunnen tijdens het klaarmaken andere levensmiddelen besmetten (bijvoorbeeld rauwe groenten).

Sleutel 3: verwarm voedsel goed !



- Zorg ervoor dat gehakt, rollades en kip goed doorbakken zijn
- Zorg dat alles door en door opgewarmd wordt tot minstens 65° C
- Breng soepen aan de kook
- Zorg dat de vleessappen van bereide kip en vlees helder zijn en niet meer roze
- Warm je voedsel opnieuw op, verwarm het dan door en door tot minstens 65° C

### Waarom?

Als je producten goed opwarmt, worden bijna alle gevaarlijke micro-organismen gedood.

Lees verder op de volgende pagina [↪](#)

Sleutel 4: Bewaar voedsel bij een goede temperatuur !



- Hou bereid voedsel niet langer dan twee uur bij kamertemperatuur
- Bewaar gekookt voedsel voor het opdienen bij een temperatuur van tenminste 65° C
- Koel alle gekookt en bederfelijk voedsel zo snel mogelijk af;
- gebruik voor grote hoeveelheden een bad met koud water om het afkoelen te versnellen ze in de koelkast te plaatsen
- Dek de producten goed af
- Bewaar gekoeld voedsel niet te lang, zelfs niet in de koelkast
- Hou de temperatuur van de koelkast onder de 4° C
- Controleer regelmatig of de temperatuur van de koelkast onder de 4 graden is
- Ontdooi bevroren voedsel bij voorkeur in de koelkast en niet bij kamertemperatuur

#### Waarom?

Micro-organismen vermeerderen zich heel snel bij kamertemperatuur. Als het voedsel bewaard wordt bij temperaturen lager dan 4° C of hoger dan 65° C wordt de groei ervan vertraagd of gestopt.

Een aantal gevaarlijke micro-organismen kunnen echter ook beneden de 4° C groeien.

Sleutel 5:  
hou het vooral netjes!



- Was je handen voor je eten klaarmaakt
- Was je handen na elk toiletbezoek
- Hou alles proper wat in contact komt met voedsel
- Hou insecten en ander ongedierte weg uit je keuken en je bergplaats

#### Waarom?

Van de meeste micro-organismen word je niet ziek. Maar er bestaan ook gevaarlijke micro-organismen. Ze komen voor in grond, water, dieren en mensen. Ze kunnen op het voedsel worden overgebracht door vuile handen, schoonmaakdoeken en snijplanken.

meldpuntvraag van de maand

## handschoenen verplicht?

*Ik ging vanmiddag een broodje halen, en merkte dat het personeel geen handschoenen droeg. Mag dit?*

Sommigen denken dat het hygiënischer is om bij de bereiding van broodjes (of andere gerechten) handschoenen te dragen. Er bestaat echter geen enkele wettelijke verplichting om dit te doen.

Het Europese Reglement 852/2004 over de levensmiddelenhygiëne bepaalt: "Eenieder die werkzaam is in een ruimte waar levensmiddelen worden gehanteerd, dient een zeer goede persoonlijke hygiëne in acht te nemen en dient passende, schone en, voor zover dat nodig is, beschermende kleding te dragen".

Het dragen van wegwerphandschoenen kan in sommige gevallen wenselijk zijn, hoewel dit geen voorwensel mag zijn om minder hygiënisch te werken.

De handschoenen moeten vervangen worden na elke handeling die ze kan besmetten (handschoenen uit voor het toiletbezoek en nadien, na reiniging en ontsmetting van de handen, nieuwe handschoenen aantrekken).

Wegwerphandschoenen mogen geen vals gevoel van (hygiënische) veiligheid geven.

- Met dezelfde handschoenen mogen geen pro-pere of afgewerkte levensmiddelen en rauwe of vuile producten aangeraakt worden.
- De handschoenen moeten worden uitgedaan tijdens pauzes of bij toiletgebruik.

Werken zonder handschoenen is daarom niet minder hygiënisch. De voorwaarde is wel dat na elke handeling waarbij besmetting mogelijk is, de handen grondig worden gewassen.

## nieuwsbrief van het voedselagentschap

*Tweemaandelijks tijdschrift - september - oktober 2011*

Federaal Agentschap voor de Veiligheid van de Voedselketen  
AC-Kruidtuin - Food Safety Center - Kruidtuinlaan 55 - 1000 Brussel

Afgiftekantoor Brussel X

Erkenning: P910664

Belgique - België
P.P. - P.B.
1000 Brussel X
BC31278