5x Veilig picknicken!

Lekker met z'n allen picknicken, in het park, in een veld of langs de weg. Heerlijk in de zon! Maar let wel op, want door het warme weer krijgen ziekteverwekkers meer kans om te groeien. Zorg dus dat je eten koel blijft, was je handen en zorg voor schoon keukengerei. Lees deze tips voor een veilige picknick en beperk het risico op een voedselinfectie.

1 Kopen

Kies geen producten met rauw(e) vlees, vis, kip of eieren. Bijvoorbeeld filet americain of zelfgemaakte mayonaise zijn risicovolle producten.

Kies voor producten die langer houdbaar zijn buiten de koeling. Onbewerkt fruit, koude quiche en brood zijn lekkere én veilige producten.

2 Wassen

Was thuis de groente en fruit grondig onder stromend water, zeker als je ze rauw eet.

Was je handen voordat je gaat eten. Is er geen stromend water? Stop van tevoren een flesje desinfecterende handgel in je tas.

3 Scheiden

Vervoer alle producten en gerei hygiënisch: neem het eten mee in schone bakjes, en zorg voor schone borden en bestek.

Zorg dat alle gerechten zijn verpakt in goed afgesloten bakjes als je het gaat vervoeren.

4 Verhitten

Eet warme producten (zoals quiche of pannenkoeken) direct na bereiden, óf zorg dat ze snel volledig zijn afgekoeld voordat je ze meeneemt. In lauwe producten vermenigvuldigen bacteriën zich snel.

Zorg dat bereide producten goed gegaard zijn.

5 Koelen

Gebruik een koeltas om gekoelde producten mee te nemen naar de picknickplek. Haal de gekoelde producten pas kort voor vertrek uit de koelkast.

Gooi producten die je normaal gesproken in de koelkast bewaart, weg als deze langer dan twee uur ongekoeld zijn bewaard.

02/14

eerlijk over eten
Voedingscentrum