5x Veilig koken aan tafel!

Gourmetten, steengrillen of vleesfonduen… het is gezellig én lekker, maar kan ook buikpijn geven! Lees deze tips voor een veilige maaltijd en beperk het risico op een voedselinfectie.

1 Kopen

Let op de houdbaarheidsdatum van de producten die je koopt. Voor bederfelijke producten is het belangrijk dat je het opeet uiterlijk op de TGT-datum (Te Gebruiken Tot).

Koop vlees, vis en salades als laatste en gebruik een koeltas om ze te vervoeren.

2 Wassen

Was de groente grondig onder stromend water. En was je handen voordat je gaat eten, maar ook zeker nadat je rauw vlees hebt aangeraakt.

Zorg voor schone oppervlakken op tafel en bij het apparaat om schalen en keukengerei neer te leggen.

3 Scheiden

Gebruik aparte schalen, borden en keukengerei voor rauw vlees of vis.

Markeer tangen en bestek, zodat je weet of ze voor rauwe of bereide producten worden gebruikt.

4 Verhitten

Draai het vlees regelmatig om. Snijd verbrande stukjes weg.

Controleer of vlees en vis volledig is gegaard voordat je het opeet.

5 Koelen

Haal vlees, vis en salades in kleine hoeveelheden uit de koelkast om het direct te gebruiken.

Gooi bederfelijke producten weg als deze langer dan 2 uur buiten de koelkast zijn geweest.

02/14

eerlijk over eten
Voedingscentrum