5x Veilig barbecueën!

Barbecueën is gezellig én lekker, maar kan ook buikpijn geven! Lees deze tips voor een veilige barbecuemaaltijd en beperk het risico op een voedselinfectie.

1 Kopen

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

Kies voorgegaarde varianten van vlees, zoals drumsticks of hamburgers. Deze zijn veiliger en sneller klaar.

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 bij de BBQ 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 eten weg als het langer dan 2 uur buiten de koelkast is geweest.

02/14

eerlijk over eten
Voedingscentrum

informatiekaarten_2014_v1.1.indd 2 10-11-14 13:43