

Hygiënerichtlijnen

Houd bij het koken onderstaande richtlijnen aan:

- Was je handen goed voor je gaat koken: minimaal 20 seconden lang, onder stromend water en met zeep, zie hieronder. Heb je handschoentjes in huis? Gebruik die dan.



- Nies of hoest niet boven. Wanneer je toch moet niezen of hoesten tijdens het klaarmaken van eten: nies/hoest aan de binnenkant van je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes. Was je handen voor je weer verder gaat met eten bereiden.
- Verschoon vaatdoekjes en hand- en theedoeken elke dag en gebruik het liefst zoveel mogelijk keukenpapier.
- Verhit eten door en door om bacteriën en virussen te doden. Schep eten in de magnetron regelmatig om.
- Zet je koelkast op 4 °C. Eten blijft dan langer goed en bacteriën krijgen nauwelijks een kans.
- Let bij het boodschappen doen op of de verpakking nog heel is, controleer de houdbaarheidsdatum en koop gekoelde producten als laatste. Was je handen goed voor en na het boodschappen doen.
- Was ook fruit en groente altijd goed.
- Zorg voor schoon keukengerei zoals messen, spatels en snijplanken.
- Snijd vlees, vis en groente op aparte snijplanken. Scheid gaar en rauw eten en voorkom kruisbesmetting.