



Η **ασφάλεια** και η **υγιεινή των τροφίμων** εμπεριέχει την έννοια της λήψης όλων εκείνων των απαραίτητων προφυλάξεων προκειμένου να διασφαλιστεί ότι τα τρόφιμα είναι κατάλληλα προς κατανάλωση από τους ανθρώπους και ότι δεν προκαλούν οποιαδήποτε επικινδυνότητα για την υγεία αυτών. Αποτελεί νομική, ηθική αλλά και επαγγελματική υποχρέωση οποιουδήποτε εστιατορίου - ή γενικά επιχείρησης που ασχολείται με την εστίαση - το να λειτουργεί βάσει επίσημων προτύπων ποιότητας και να τηρεί αυτά στο έπακρο.

Γίνεται εμφανές ότι σε έναν κλάδο όπως αυτός των ξενοδοχείων, η διασφάλιση της υγιεινής των τροφίμων είναι υψίστης σημασίας για την ομαλή λειτουργία του ξενοδοχείου και τη διατήρηση της φήμης του.

### **Διαχείριση της ασφάλειας των τροφίμων:**

Τα τέσσερα βασικά ζητήματα γύρω από τα οποία θα πρέπει να περιστρέφεται η πολιτική διαχείρισης της ασφάλειας των τροφίμων σε ένα ξενοδοχείο είναι:

#### **1. Προετοιμασία/ Καθάρισμα**

#### **2. Διασταυρούμενη μόλυνση**

### 3. Διαδικασία μαγειρέματος

### 4. Συνθήκες αποθήκευσης (ψύξη και απόψυξη)

#### 1. Προετοιμασία/ Καθάρισμα:

-

Η κουζίνα του εστιατορίου των ξενοδοχείων θα πρέπει να σχεδιάζεται βάσει της εξασφάλισης της μέγιστης καθαριότητας και υγιεινής. Τα πατώματα, οι τοίχοι, τα ταβάνια, οι πάγκοι εργασίας θα πρέπει να είναι όλα λεία προκειμένου να αποφεύγεται η συγκέντρωση βρομιάς, να είναι εύκολο να καθαρισθούν αλλά και να επισκευασθούν. Οι συνθήκες φωτισμού που πρέπει να επικρατούν στο εσωτερικό των κουζινών, πρέπει να είναι όσο πιο κοντά γίνεται στις φυσικές συνθήκες φωτισμού.

-

Οι τουαλέτες θα πρέπει να βρίσκονται μακριά από τους χώρους όπου φυλάσσονται αλλά και προετοιμάζονται τα τρόφιμα καθώς επίσης θα πρέπει να υπάρχουν επαρκείς νιπτήρες και εγκαταστάσεις για το ξέπλυμα και στέγνωμα των χεριών.

-

Διασφάλιση ότι ο εξαερισμός του χώρου είναι επαρκής και ότι δεν υπάρχει ροή μολυσμένου αέρα μέσα σε καθαρό αέρα. Τα φίλτρα αέρα θα πρέπει να είναι εύκολα προσβάσιμα ούτως ώστε να καθαρίζονται και να συντηρούνται με ευκολία.

-

Το σύνολο του εξοπλισμού, τα διάφορα εργαλεία, σκεύη και πάγκοι κοπής, θα πρέπει να είναι ανθεκτικά στη διάβρωση και να καθαρίζονται προσεκτικά ιδιαίτερα μετά από την εργασία με ωμό κρέας, πουλερικά και ψάρια .

-

Τα φρούτα και τα λαχανικά θα πρέπει να πλένονται προσεκτικά προκειμένου για την αποφυγή οποιωνδήποτε χημικών κατάλοιπων από τα τυχόν λιπάσματα.

### 2. Αποφυγή διασταυρούμενης μόλυνσης:

-

Η κουζίνα θα πρέπει να είναι οργανωμένη κατά τέτοιον τρόπο ώστε να διευκολύνει την προετοιμασία του φαγητού και να αποτρέπει την διασταυρούμενη μόλυνση μεταξύ των φαγητών.

-

Θα πρέπει να γίνεται τακτική απολύμανση των αντικειμένων με τα οποία οι άνθρωποι έρχονται συχνά σε επαφή, όπως π.χ. οι επιφάνειες εργασίας, οι νεροχύτες, οι βρύσες, τα πόμολα, οι διακόπτες, τα ανοιχτήρια.

-

Όπου αυτό είναι δυνατόν, πρέπει να χρησιμοποιούνται ξεχωριστά μέσα αποθήκευσης και ψύξης διαχωρίζοντας τα λαχανικά, τα γαλακτοκομικά προϊόντα, τα ωμά και τα μαγειρεμένα τρόφιμα.

-

Αν αυτό είναι εφικτό, θα πρέπει να υφίσταται ξεχωριστός τομέας στην κουζίνα (εξοπλισμό και νεροχύτες) ο οποίος θα προορίζεται μόνο για τα ωμά τρόφιμα.

-

Τα διάφορα υλικά συσκευασίας, όπως το αλουμινόχαρτο, οι πλαστικές σακούλες ή οι

μεμβράνες, θα πρέπει να φυλάσσονται σε καθαρό μέρος προκειμένου να αποφευχθεί η οποιαδήποτε μόλυνση. Οι εμπλεκόμενοι στην κουζίνα, θα πρέπει να πλένουν και να στεγνώνουν πολύ καλά τα χέρια τους, πριν χρησιμοποιήσουν τα διάφορα υλικά συσκευασίας.

-

Προκειμένου για την παρασκευή πάγου - παγάκια - πρέπει να γίνεται πάντοτε χρήση πόσιμου νερού.

-

Είναι υψίστης σημασίας η απομάκρυνση των οποιωνδήποτε υπολειμμάτων και αποβλήτων από το χώρο όπου αποθηκεύονται και επεξεργάζονται τα τρόφιμα, προκειμένου να αποφευχθεί η δημιουργία εστίας μικροβίων στο χώρο της κουζίνας.

### 3. Διαδικασία μαγειρέματος

-

Το φαγητό πρέπει να μαγειρεύεται επιμελώς και να διατηρείται ζεστό μέχρι τη στιγμή που θα σερβιριστεί στον πελάτη.

-

Το φαγητό δεν πρέπει να ξαναζεσταίνεται παραπάνω από μια φορά.

-

Ιδιαίτερη προσοχή απαιτείται στο μαγείρεμα των αυγών, καθώς και στις συνταγές που περιέχουν αυγά. Τα εν λόγω θα πρέπει να μαγειρεύονται με επιμέλεια και μεγάλη σχολαστικότητα.

-

Όταν χρησιμοποιούνται κουζίνες μικροκυμάτων, τα τρόφιμα πρέπει να θερμαίνονται σωστά και στο σύνολό τους, ακολουθώντας τις οδηγίες του κατασκευαστή, τις σχετικές με το χρόνο αναμονής. Επίσης, όπου απαιτείται, πρέπει να ανακατεύεται το εκάστοτε φαγητό σε τακτά χρονικά διαστήματα τα οποία καθορίζονται ανάλογα.

-

Οι ψησταριές θα πρέπει να καθαρίζονται και να απολυμαίνονται τόσο πριν, όσο και μετά τη χρήση τους. Επίσης, κατά τη διάρκεια του ψησίματος, θα πρέπει να αποφεύγεται η επαφή του ψημένου κρέατος με το ωμό το οποίο προορίζεται για ψήσιμο.

#### 4. Συνθήκες αποθήκευσης (ψύξη και απόψυξη)

-

Τα ψυγεία θα πρέπει να λειτουργούν σε θερμοκρασία μεταξύ 1°C και 4°C, ενώ οι καταψύκτες να διατηρούνται στους

-18°

C

ή και χαμηλότερα. Πρέπει να χρησιμοποιείται κάποιο αξιόπιστο θερμόμετρο για τη μέτρηση της θερμοκρασίας (ιδανικά ενδείκνυται η χρήση κάποιου συστήματος αυτόματης παρακολούθησης) και να καθορίζονται τακτικοί έλεγχοι προκειμένου να διασφαλιστεί η σωστή λειτουργία αυτού.

-

Πρέπει να καθορίζονται μέγιστες θερμοκρασίες για κάθε επίπεδο του συστήματος ψύξης και να διασφαλιστεί ότι δεν υπερβαίνονται.

-

Όλα τα μαγειρεμένα τρόφιμα που έχουν εκ των προτέρων ετοιμαστεί, θα πρέπει να ψύχονται το συντομότερο δυνατό, ώστε να ξοδεύεται όσο το δυνατόν λιγότερος χρόνος στην "επικίνδυνη ζώνη" μεταξύ των 5°C και 68°C, όπου τα βακτήρια πολλαπλασιάζονται πιο γρήγορα. Για την επιτάχυνση της διαδικασίας της ψύξης, συνίσταται ο χωρισμός των τροφίμων αυτών σε μικρότερες μερίδες και η τοποθέτηση αυτών στο κατάλληλο σημείο ψύξης. Επίσης, το ανακάτεμα του φαγητού ανά τακτά χρονικά διαστήματα, επιταχύνει την εν λόγω διαδικασία.

-

Τα τρόφιμα θα πρέπει να υφίστανται τη διαδικασία της ψύξης από τους 70°C έως τους 3°C ή και χαμηλότερα, μέσα σε χρονικό διάστημα 90 λεπτών. Αν τα τρόφιμα προετοιμάζονται αποκλειστικά για την κατάψυξη, αυτά θα πρέπει να ψύχονται από τους 70

°C

έως τους -18

°C

, μέσα σε χρονικό διάστημα 240 λεπτών το αργότερο.

-

Οι συσκευές ψύξης δεν πρέπει να υπερφορτώνονται και τα σακουλάκια με το φαγητό δεν πρέπει να τοποθετούνται ασφικτικά κοντά το ένα με το άλλο. Όταν ο κρύος αέρας δεν μπορεί να κυκλοφορήσει, μειώνεται η αποδοτικότητα της ψύξης καθώς και η ενεργειακή απόδοση.

-

Κατά την προμήθεια των κατεψυγμένων τροφίμων πρέπει να ελέγχεται η θερμοκρασία αυτών κατά τη στιγμή της παράδοσής τους και να μην γίνεται δεκτή η παραλαβή τους εφόσον βρίσκονται σε θερμοκρασία ανώτερη από τα επίπεδα ασφαλείας, μιας και είναι πιθανόν να έχουν ήδη υποστεί κάποιου είδους μόλυνσης. Τα κατεψυγμένα τρόφιμα πρέπει να τοποθετούνται απευθείας στην κατάψυξη μετά την παραλαβή τους.

-

Το κρύο φαγητό πρέπει να διατηρείται κρύο και αν δεν πρόκειται να σερβιριστεί αμέσως μετά, πρέπει να τοποθετηθεί πάλι πίσω στο ψυγείο.

-

Πρέπει να πραγματοποιείται απόψυξη σε τακτά χρονικά διαστήματα σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή και αν διατηρούνται καθαρές οι συσκευές.