

Bezpečné rozmrazování potravin

Mražené potraviny mohou obsahovat bakterie, které mohou po rozmrazení růst a způsobit otravu jídlem. Správné postupy rozmrazování snižují pravděpodobnost nemocí přenášených potravinami a snižují také potravinový odpad. Pro bezpečné rozmrazování potravin postupujte podle následujících rad.

CO MÁM DĚLAT?



Rozdělte velké kusy zmrzlých **ryb, krevet** nebo **ovoce** uvnitř balení před rozmrazováním. Rozmrazte pouze potřebné množství potravin a zbytek nechte zmrazený.



Rozmrazte **maso, ryby** a **mořské plody** na podnose v lednici, abyste zamezili kontaminaci jiných potravin.



Rozmrazte **zeleninu** a **ovoce** pod **studenou tekoucí vodou**, nejlépe v původním balení.



Ujistěte se, že máte **při manipulaci s potravinami ruce a nádobí čisté**, například při dělení větších kusů potravin na menší kousky.

NEZAPOMEŇTE!

- Rozmražené potraviny uchovávejte v původním obalu nebo ve vhodné nádobě, aby nedošlo ke kontaminaci.
- Potraviny rozmrazujte při nízké teplotě, abyste zabránili množení bakterií.
- Před konzumací rozmražené jídlo tepelně zpracujte, abyste odstranili bakterie.
- Po rozmrazení potraviny znovu nezmrazujte.
- Vždy dodržujte pokyny výrobce pro skladování, abyste měli jistotu, že potraviny zůstanou bezpečné.



EFSA je základním kamenem pro hodnocení rizik v oblasti bezpečnosti potravin a krmiv v EU. V úzké spolupráci s národními úřady a prostřednictvím otevřených konzultací se zainteresovanými stranami EFSA poskytuje nezávislá vědecká doporučení a jasná sdělení o stávajících a vznikajících rizicích.

This document is an unofficial translation of the original document provided by the European Food Safety Authority (EFSA) in English, entitled Defrosting food safely and located at <https://www.efsa.europa.eu/en/infographics/defrosting-food-safely>, © European Food Safety Authority 2021. The translation of the original document has been carried out exclusively by Ministry of Agriculture (CZ). EFSA does not accept any liability for mistakes or inaccuracies resulting from the translation process.

© Evropský úřad pro bezpečnost potravin, 2021. Kopírování povoleno, s výjimkou využití pro komerční účely, za předpokladu uvedení zdroje.

Foto: Shutterstock | ISBN: 978-92-9499-269-7 | DOI: 10.2805/709527 | TM-01-21-084-CS-N

www.bezpecnostpotravin.cz