

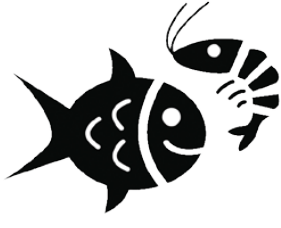








Bu proje Avrupa Birliđi ve Türkiye Cumhuriyeti tarafından finanse edilmektedir

# SIK TÜKETİLEN GIDALARIN İŞLENMESİ VE HAZIRLANMASINA YÖNELİK GIDA GÜVENLİĞİ ÖNERİLERİ

Gıdaları hazırlama ve işleme şeklinizin, kimi zaman "gıda zehirlenmesi" de denen, gıda kaynaklı hastalıklara uğrama riskinizi etkilediğini biliyor muydunuz?

Gıdanın Tipi	Yüksek Risk	Düşük Risk
 <b>Kırmızı et, kanatlı eti (tavuk, balık vb)</b>  Öneri: İç sıcaklığı ölçmek için gıdalara uygun termometre kullanın. Önerilen merkez sıcaklıklarına uyun.	<ul style="list-style-type: none"><li>Çiğ veya az pişmiş et</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Güvenli iç sıcaklığa kadar pişmiş et</li></ul>
 <b>Deniz Ürünleri</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Çiğ veya az pişmiş balık veya kabuklu ürün ve benzerleri ile bunları içeren gıdalar. Tütsülenmiş, soğutulmuş balık vb.</li><li>Karides, yengeç gibi kısmen pişirilmiş deniz ürünleri</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Önceden pişirilmiş deniz ürünlerini 75 °C'a kadar ısıtmak</li><li>Deniz ürünlerini merkezi sıcaklığı 65 °C olacak şekilde pişirmek</li><li>Konserve balık ve deniz ürünleri</li></ul>
 <b>Süt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Pastörize edilmemiş (çiğ) süt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Pastörize süt</li></ul>
 <b>Yumurta</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Çiğ ve az pişmiş yumurta içeren gıdalar (Örneđin: ev yapımı mayonez, yeterince pişmemiş omlet )</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Evde, çiğ yumurta kullanımı gerektiren ürünleri hazırlarken pastörize yumurta kullanın.</li></ul>
 <b>Sebzeler</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Marul, salata malzemeleri dahil yıkanmamış çiğ sebzeler</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Salata malzemeleri dahil yıkanmış çiğ sebzeler</li><li>Pişmiş sebzeler</li></ul>
 <b>Peynir</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Çiğ süttten yapılmış, taze (olgunlaştırılmadan) tüketilen peynirler</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Etiketinde pastörize süttten yapıldığı yazan peynirler</li><li>Isıl işlem görmüş peynirler</li><li>Olgunlaştırılmış peynirler</li></ul>

Bilgiler ve görseller CDC den izin alınarak kullanılmıştır.

Bu doküman Avrupa Birliđi ve Türkiye Cumhuriyeti'nin mali desteğiyle üretilmiştir. Bu doküman içeriğinden sadece Anadolu Kalkınma Derneđi sorumludur ve hiçbir şekilde Avrupa Birliđi, Türkiye Cumhuriyeti veya Avrupa Birliđi Bakanlığı'nın görüşlerini yansıttığı şeklinde yorumlanamaz.

