

冷冻食品，如何选购和食用？

○ 文、绘 | 李 奇

到正规超市或市场
选购生鲜产品，用
一次性塑料袋或者
手套套住手进行挑
选，佩戴口罩。



购买**境外**冷冻食品时
要关注海关食品**免疫信息**，
并做好外包装消毒。



关注冷冻冰鲜
食品标签，
确认食品的
保质期等
重要信息。



购物后
要及时用肥皂
或洗手液清洗双手，

**洗手前勿触
口、鼻。**



尽量
避免

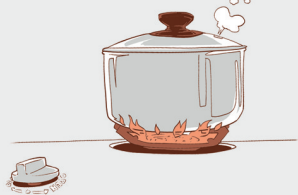
**生吃
半生吃
醋泡
腌制**



烹调食用冷冻冰鲜食品
应做到**烧熟煮透**，

开锅后

再煮10~15分钟



未食用完（已煮熟）的海鲜，
应放置冰箱冷藏室保存，
再次食用前一定要**充分加热**。



食用冷冻食品后若出现
发热、腹泻症状，
请及时到发热门诊就医。

**食用时间
食品种类
食材来源**

主动告知



本栏目与黑龙江大学艺术学院合办 编辑：王宇萌 wangyu521724@163.com