

市卫生监督所发出饮食卫生安全提醒

## 夏季慎吃凉拌菜和熟食

谢薇

本报讯 榕城出现持续高温，这种天气下，颇受市民喜爱的凉拌菜、熟食、卤菜极易发生变质。昨日，市卫生监督所发出夏季饮食卫生安全提醒：天气炎热，食品极易受污染和腐败变质，外出用餐时尽量选择卫生条件好的餐馆，慎食凉拌菜及烧卤熟食，尽量不要光顾路边摊。

天气炎热，许多市民喜欢做些凉拌菜吃，而且常常做一次，连吃几顿。但夏天是细菌大量滋生繁殖的季节，凉菜未经高温烧煮等处理，是引起细菌性食物中毒的高危食品。

专家提醒，加工凉拌菜时，凉菜原料一定要彻底清洗干净，加工凉菜用的刀、墩等用具要注意卫生，加工后的凉拌菜如果没有马上食用，要在适宜的环境中短时间存放。凉拌菜一次不可加工过多，尽量一次食用完毕，最好不要吃隔顿凉拌菜。对于剩余的凉拌菜，即使在冰箱中保存得当，为确保饮食卫生安全，再次食用前仍需经过加热处理。

卤菜、熟食在夏秋季最易被沙门氏菌、嗜盐菌、变形杆菌等致病菌污染。如果制作熟食、卤菜的选料不新鲜，或是加工时没有烧熟煮透以及烧熟的熟食、卤菜与生食品、半成品混放，极易造成污染，引发细菌性食物中毒。

专家提醒，天热吃熟食、卤菜，须谨慎选购。首先，一定要选择证照齐全且卫生条件较好的门店购买，最好自备清洁容器，不要将卤菜与其他生食品混放。此外，熟食、卤菜尽量少买少吃，购回后应尽快重新加热食用，避免放置时间过长，重新食用前必须确认没有变质，并经充分加热。