

HIGIENSKO RAVNANJE Z JAJCI

Jajca so pomemben vir beljakovin, vsebujejo vitamine in minerale. Pri uvrščanju jajc v dnevno prehrano ne pozabimo, da jajca vsebujejo tudi holesterol.

Jajca (lupina in/ali vsebina) so lahko onesnažena z zdravju škodljivimi mikroorganizmi (npr. salmonelami), zato z vsakim jajcem ravnamo tako, kot da je onesnaženo.

Pravilno označevanje in higiensko ravnanje z jajci zagotavljata njihovo kakovost in varnost.

Priporočila za higiensko ravnanje z jajci

Shranjevanje jajc

- Jajca hranimo v originalni embalaži;
- Priporočamo shranjevanje v hladilniku, na temperaturi in do roka uporabe, kot je označeno na označbi;
- Pri shranjevanju se izogibamo naglih temperaturnih sprememb, ker to povzroča površinsko rosenje jajc. V takšnih pogojih pa mikroorganizmi iz zunanje strani lupine lažje prehajajo v notranjost jajc;
- Hranimo jih ločeno od ostalih živil.

Rokovanje z jajci

- Jajca morajo biti nepoškodovana in brez vidne umazanije. Poškodovana jajca predstavljajo tveganje za zdravje, zato jih zavržemo;
- V prodaji ne sme biti jajc, ki so umazana in/ali poškodovana;
- Umazanih jajc ne smemo prati. Lupina je namreč porozna, zato obstaja možnost onesnaženja vsebine jajca;
- Da preprečimo navzkrižno onesnaženje živil*:
 1. Pazimo, da se vsebina jajc ne cedi po delovnih površinah;
 2. Jajčno lupino takoj odvržemo v koš za odpadke (organske odpadke);
 3. Izogibamo se odlaganju jajc in/ali embalaže za jajca na čiste delovne površine;
 4. Ves pribor, posodo in delovne površine, ki so bile v stiku z jajci oziroma embalažo za jajca, je potrebno temeljito očistiti;**
 5. Prazno embalažo takoj zavržemo in je ponovno ne uporabljamo;
 6. Po rokovanju z jajci in/ali embalažo za jajca, si temeljito umijemo roke.***

* Glej priporočila potrošnikom - Navzkrižno onesnaženje živil z mikroorganizmi:

http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=23&pi=5&_5_id=1320&_5_PageIndex=1&_5_groupId=193&_5_newsCategory=&_5_action=ShowNewsFull&pl=23-5.0

**Glej priporočila potrošnikom - Higiena v domači kuhinji:

http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=23&pi=5&_5_id=1415&_5_PageIndex=0&_5_groupId=193&_5_newsCategory=&_5_action=ShowNewsFull&pl=23-5.0

***Glej priporočila potrošnikom – Pomen umivanja rok v domači kuhinji:

http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=23&pi=5&_5_id=1410&_5_PageIndex=0&_5_groupId=193&_5_newsCategory=&_5_action=ShowNewsFull&pl=23-5.0

Uporaba jajc

- Odsvetujemo uživanje surovih jajc, kakor tudi živil, ki vsebujejo surova jajca (doma pripravljena majoneza, sladoled, kreme...);
- Prav tako odsvetujemo uživanje naslednjih oblik priprave jajc: mehko kuhano jajce, jajce na oko, rahlo zakrknjeno jajce oziroma katerokoli drugo obliko priprave jajc, pri kateri ostaja vsebina jajca povsem ali delno tekoča;
- Varna so le zadostno toplotno obdelana jajca oziroma jedi iz jajc: jajce kuhamo toliko časa, da se strdi tudi rumenjaki (trdo kuhano jajce), oziroma središčna temperatura živila naj bo nad 70°C;
- Jajca in jedi iz jajc so hitro pokvarljiva živila, zato jih porabimo čim prej po pripravi;
- V primeru shranjevanja gotovih jedi iz jajc, pa upoštevamo naslednje priporočene temperature shranjevanja: tople jedi iz jajc shranjujemo pri temperaturi nad 63°C, hladne jedi v hladilniku pri temperaturi pod 4°C.

Viri/literatura:

1. Centers for Disease Control and Prevention. CDC. Tips to Reduce Your Risk of *Salmonella* from Eggs. Pridobljeno 7.2.2011 s spletne strani: <http://www.cdc.gov/Features/SalmonellaEggs/>
2. U.S. Food and Drug Administration. FDA. Playing it Safe with Eggs. Pridobljeno 7.2.2011 s spletne strani: <http://www.fda.gov/Food/ResourcesForYou/Consumers/ucm077342.htm>
3. British Lion Eggs. Egg Safety. Pridobljeno s spletne strani 7.2.2011: <http://www.lioneggs.co.uk/page/eggsafety>
4. P. Pollak, D. Mehikić, N. Klun, N. Dekleva: Smernice dobre higienske prakse in uporabe načel HACCP v gostinstvu, Ljubljana: Turistična gostinska zbornica pri Gospodarski zbornici Slovenije, Sekcija za gostinstvo in turizem pri Obrtno – podjetniški zbornici Slovenije, 2010.