

Le abbuffate natalizie sono alle porte! **Eccovi alcuni consigli per evitare di scontrarle in maniera "poco piacevole"...**

1. Manipolate in modo sicuro gli alimenti

Lavatevi sempre le mani prima e dopo aver maneggiato alimenti. Tenete puliti la vostra cucina, le stoviglie e gli utensili. Servite sempre il cibo su piatti puliti, non venuti prima a contatto con carne cruda o pollame (i batteri che possono essere presenti nei succhi della carne cruda possono contaminare il cibo che sta per essere servito).

2. Cuocete accuratamente

Se cuocete in anticipo i cibi, assicuratevi che raggiungano le temperature interne minime di sicurezza:

- minimo 63°C per bistecche, braciole e arrosti di carne di vitellone, vitello, maiale e agnello;
- minimo 71°C per carne macinata di vitellone, vitello, maiale agnello;
- minimo 74°C per il pollame.

3. Usate contenitori poco profondi

Disponete i cibi cotti da conservare in frigorifero o nel congelatore in contenitori poco profondi. In questo modo il raffreddamento avverrà più rapidamente.

4. Regola delle due-ore

Gli alimenti non dovrebbero essere tenuti a temperatura ambiente per più di due ore.

5. Mantenete caldi i cibi caldi e freddi i cibi freddi

I cibi caldi dovrebbero essere mantenuti a una temperatura maggiore o uguale a 60°C con scaldavivande, piccoli fornelli o vassoi riscaldanti. I cibi freddi dovrebbero essere mantenuti a una temperatura inferiore a o uguale a 4°C attraverso l'utilizzo di ciotole con ghiaccio.

Se ciò non fosse possibile, è opportuno utilizzare piccoli vassoi da portata e riempirli all'occorrenza.

A questo punto non ci resta che augurarvi **Buon Appetito!**