

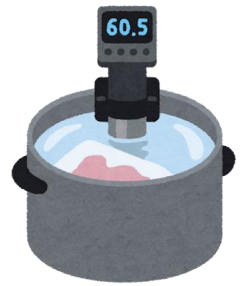
肉の低温調理にご注意

新型コロナウイルス下で自宅の調理が増え、お肉をやわらかく仕上げられる「低温調理」が人気になる一方、家庭内での食中毒発生が例年を上回るペースで増えています。

■ 「低温調理」とは

低温でじっくり加熱する調理法です。

最近では家庭用の低温調理器やインターネットのレシピサイトに投稿が多く見受けられます。厚生労働省によると、2020年の家庭内での食中毒発生件数は166件と前年から1割ほど増え、過去10年で最多を更新しました。



(参考) 食と健康2022年2月

ローストビーフを低温調理で作る場合、肉が「半生」の状態のままだとカンピロバクターや腸管出血性大腸菌O157・E型肝炎ウイルスなどの食中毒の原因となります。摂取すると下痢や嘔吐などを引き起こし体力の弱い子供や高齢者では死亡する場合があります。

病原体	主な動物種と 潜伏期間	主な症状
腸管出血性大腸菌	牛 3～5日	発熱、腹痛、下痢（水様便）、血便 重症化すると溶血性尿毒症症候群や脳症などの合併症が発症する
サルモネラ属菌	牛、豚、羊、鶏 8～48時間	悪心、嘔吐、腹痛、下痢 重症化すると意識障害やけいれん等の中枢神経症状、脱水症が現れる
E型肝炎ウイルス	豚、イノシシ、シカ 15～50日	悪心、食欲不振、腹痛、褐色尿、黄疸 妊婦では重症化する割合が高い
カンピロバクター	牛、豚、鶏 2～5日	下痢（水様便、軟液便、血便）、腹痛、発熱、嘔吐、頭痛、悪寒、倦怠感 重症化すると脱水症状が現れる

(参考) 厚生労働省 お肉の食中毒リーフレット

■食肉の加熱条件について

厚生労働省「大量調理マニュアル」には肉の中心部を**75℃1分間以上**加熱することが必要とされています。

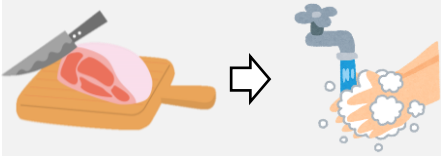
低温加熱の場合は**63℃30分間**を必要としています。湯煎する場合は**水温の設定温度**ではなく**肉の中心部の温度**ですので注意が必要です。

また、肉の種類や形状、調味液の影響により加熱不足になる場合もあります。ハンバーグ等の挽肉やレバーや砂肝などの内臓肉の場合、内部にも食中毒菌が付着している可能性があるため**中心部まで十分に加熱する**必要があります。

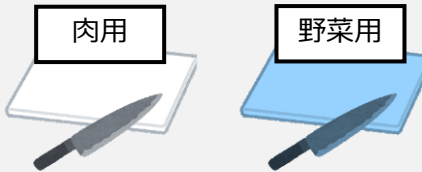
■食中毒に注意するポイント

調理の現場においては以下の事項が重要になります

- ①生肉を扱った後は手洗いと消毒を行う



- ②まな板、包丁、保存容器は他の食材と使い分けて使用、保管する



- ③使用後は手順書に従い洗浄、消毒を行う



- ④食材の消費期限を表示し保管、使用時は日付を確認し使用する



- ⑤中心温度計の適切な使用により食肉の中心温度を計測する



- ⑥調理後はすぐに提供、又は急冷する（菌が繁殖する20～50℃の温度のまま放置しないように）



- ⑦定期的な食品検査を行い調理工程に問題がないか確認する



新鮮だから安全ではありません
加熱は十分に注意し安全に提供しましょう

エンバイロサービスでは食品検査も行っています。
賞味期限設定や調理工程の確認などの指標になりますのでお気軽にお問い合せください。



お問い合わせ先 ⇒

ご質問等ございましたら
お気軽にお問い合わせ下さい

株式会社エンバイロサービス
〒060-0005 札幌市中央区北5条西12丁目2
ベルックス北5ビルA館2階

TEL : 011-242-8288