

KURBAN BAYRAMI'NDA SAĞLIKSIZ CARREFOURSA.



Her zaman olduğu gibi Kurban Bayramı'nda da beslenme alışkanlıklarına dikkat edilmelidir. Etin yoğun olarak tüketildiği bu dönemde, yağsız veya az yağlı etler tercih edilmeli ve az miktarda tüketilmelidir. Çeşitli sağlık sorunlarına yol açmamak için tatlı, bôrek vb. enerji içeriği yüksek yiyeceklerin beslenme düzeni dışında tüketilmemesine özen gösterilmelidir.

Kurban etinde gıda güvenliği nasıl sağlanır?

Kurban Kesimi:

- Kesim, belirlenmiş uygun ve hijyenik ortamlarda, uzman kişiler tarafından, kesim öncesi ve sonrası veteriner hekim kontrolünde yapılmalıdır.
- Hijyenik olmayan ve hayvan hastalıkları açısından gerekli muayenelerin yapılmadığı ortamlarda yapılan kurban kesimlerinin eti tüketenin yanı sıra kesen, taşıyan ve parçalayan açısından da riskli olduğu unutulmamalıdır.
- Tüketilmesi planlanan sakatat, kesim sırasında temiz bir şekilde çıkarılmalı, etlerle aynı ortamda muhafaza edilmemelidir.

Kurban Etinin Saklanması:

- Kurban eti büyük parçalar halinde ve üst üste koyulmamalıdır.
- Etləri muhafaza etmek için temiz kaplar kullanılmalı ve mümkün olan en kısa sürede buzdolabına yerleştirilmelidir. Soğuma sırasında etlerin hava almasının sağlanması önemlidir.
- Etlər, buz dolabı sıcaklığı olan +4°C'de muhafaza edilmelidir. Uygun olmayan ortamlarda bekletildiğinde istenmeyen bakteriler hızla çoğalır ve hastalığa yol açabilir.
- Etlər yeteri kadar soğuduktan sonra hava alması engellenecek şekilde kapatılmalıdır. Etlər, pişmiş ürünler ve taze olarak pişirilmeden tüketilecek meyve, sebze gibi ürünlerle asla temas ettirilmemelidir.

- Kurbanlık etin dayanma süresinin 3-4 gün, kıymanın 1-2 gün olduğu unutulmamalıdır. Daha uzun süre muhafaza etmek için -18°C'de dondurulmuş olarak saklanmalıdır. (Muhafaza süresi 4-6 aydan uzun olmamalıdır.)
- Donmuş etlerin çözünme işlemi buzdolabı koşullarında yapıldıktan sonra hemen tüketilmeli, tekrar dondurulmamalıdır.
- Eğer etler hemen tüketilmeyecekse kavurma yapılabilir. Bu durumda, önce yağın iyice erimesi beklenmeli, etler kavrulmalı ve üzerilerine tuz ilave edilmelidir.

Koşullara uygun davranılmasına rağmen bozulan etler kesinlikle tüketilmemeli ve imha edilmelidir.

Kurban Etlерinin Pişirilmesi:

- Etlерin dış yüzeyinin yanmamış olmasına ve merkezinin tam olarak pişmesine özen gösterilmelidir. Etlер kesinlikle çiğ ya da az pişmiş olarak tüketilmemelidir.
- Pişirilen etler en kısa zamanda tüketilmeli, tüketilmeyen kısmı buzdolabında saklanmalıdır. Etlерin birden fazla kez ısıtılması ve tekrar dolaba kaldırılması bozulmalara yol açabilir. Bu sebeple pişirilecek etler ve et yemeklerinin bir seferde tüketilebilecek miktarda ısıtılması önerilmektedir.

