



O Buffet Bugui Ugui segue todas essas e outras regras de Higiene! Confira se você também?

Sete Erros na Cozinha

(Combater velhos hábitos é preciso)

1º erro:

Lavar as carnes debaixo da torneira.

Primeiro, você perde nutrientes.

A carne fica esbranquiçada.

Segundo: a contaminação que existe vai aumentar,

porque aumenta a quantidade de água e as bactérias vão penetrar mais ainda.

A única carne que se lava é o peixe e só para tirar escamas e a barrigada.

=====

2º erro:

Colocar detergente direto na esponja, o que leva ao exagero.

O detergente nunca deve ser colocado direto na esponja.

Vai ser muito difícil enxaguar todo esse detergente.

O resto de detergente que fica junto com os alimentos pode no futuro dar um problema para a sua saúde.

Para limpar sem exagero, você precisa apenas de oito (8) gotas de detergente em um litro de água.

=====

3º erro:

Usar tábua de carne de madeira.

Na tábua de madeira as bactérias ficam te aplaudindo!

Tábua tem que ser de plástico ou vidro.

=====

4º erro:

Sobre guardar comida quente na geladeira.

Este é um dos mitos mais difundidos entre as donas de casa...

Não há erro em guardar comida quente na geladeira.

O único problema é que vai aumentar um pouquinho o consumo de energia,

Mas não vai estragar a geladeira de modo algum.

=====

5º erro:

Guardar comida quente na geladeira com o recipiente tampado.

O ar frio vai bater na tampa.
Vai demorar muito para esfriar e as bactérias vão adorar!
Então, coloque tudo destampado.
Depois de duas horas você pode fechar.

=====

6º erro:

Furar a lata de leite condensado e utilizá-la várias vezes.

As pessoas pegam a lata de leite condensado
e fazem dois buracinhos, um de cada lado.
Sai leite condensado por um lado mas, pelo outro, entra uma porção de bactérias.
Abra a lata inteira e passe o leite condensado para um recipiente
que pode ser de plástico ou de vidro.
Sirva sempre com uma colher; depois tampe e guarde na geladeira.

=====

7º erro:

Ignorar as formigas.

Quando se fala em doce, a gente não pode esquecer as formigas.
Você provavelmente não se importaria se encontrasse
uma formiguinha em cima do seu bolo, não é?

Doutor Bactéria:

E se fosse uma barata?

Marina Scherb, de 12 anos: Aí eu não como.

Doutor Bactéria: Se a gente pegar uma barata, matar essa barata,

Deixar no meio da cozinha, no dia seguinte, cadê a barata?

Marina: Sumiu.

Doutor Bactéria: Quem levou?

Marina: As formigas...

Doutor Bactéria: A mesma que estava em cima do bolo?

Marina: É, né?...

Doutor Bactéria: As formigas são consideradas até

Maiores agentes transmissores de bactérias do que a própria barata.

Doce com formiga só pode ter um destino: a lata de lixo.

=====

Combater velhos hábitos é preciso

Corrigir velhos hábitos pode ser muito mais difícil do que aprender
- do começo -
a forma correta de fazer as coisas.

Mas quando o assunto é evitar a proliferação de bactérias,
todos os cuidados são necessários.

Desde criança, aprendemos a colocar ovos na porta da geladeira,
até porque os eletrodomésticos vêm de fábrica programados com essa função.
No entanto, é um erro dos mais graves, porque o balanço da porta
e a pouca refrigeração favorecem a deterioração do produto
e o ovo vira uma estufa para a criação das terríveis salmonelas,
bactérias responsáveis por boa parte das intoxicações alimentares.

O professor Roberto Figueiredo, bioquímico especializado no combate às bactérias,
conhecido nacionalmente como Dr. Bactéria,

proferiu uma palestra e desmistificou a maioria dos maus hábitos das pessoas.

“Você lava carne?

Pois isso é muito errado, porque a água contribui
para facilitar a entrada das bactérias”,
informou à platéia.

Para ilustrar as verdades que estava transmitindo para o público,
Dr. Bactéria mostrou dados preocupantes.
Em todo o mundo, 1,5 milhão de crianças menores de cinco anos adoecem de diarreia
por ano,

o que gera três milhões de mortes,

das quais 70% são causadas por manipulação errada de alimentos.
“Isso demonstra total ignorância frente às bactérias **novas**”.

O bioquímico condena hábitos diários das donas-de-casa,

como **arear panela**

(não se deve lustrá-la por dentro, para não soltar a substância química),

armazenar o frasco de vinagre fora da geladeira,
usar lixeirinha de pia,
usar pregadores de roupa para fechar saquinhos de alimentos,
guardar pedaços de legumes ou de frutas na porta da geladeira
e guardar cola na geladeira -

“Não se pode armazenar alimentos com produtos químicos”.

**Para se ver livre das bactérias, os cuidados com a pia devem ser redobrados.
A esponja de lavar louças deve ser lavada e desinfetada diariamente e trocada**

semanalmente.

Dr. Bactéria não falou sobre os possíveis riscos de contaminação

do tradicional pano de coar café, tão comum no Nordeste, e do pano de prato.

Mas levando em consideração tudo o que ele disse,
mantê-los limpos é a melhor saída.

Professor Roberto apresenta verdadeiros desafios para o senso comum.

Segundo ele, deve-se consumir leite pasteurizado sempre,
mas o líquido jamais deve ser fervido em casa.

O produto deve ser aquecido a 80 graus C no máximo (cerca de quatro minutos)

para que as propriedades nutricionais sejam mantidas.

Outra “esquisitice” apresentada é com relação à forma de armazenar os alimentos recém-preparados.

Sabe aquele gesto gentil da mamãe em guardar o pratinho do filho no forno?

Dr. Bactéria diz que isso é oferecer um prato de veneno.

**“As pessoas passam mal porque comem comida contaminada, não estragada.
O risco é ainda maior porque o alimento não apresenta sinais de contaminação**

e as pessoas comem mesmo”.

Ele explicou que os alimentos perecíveis devem ser mantidos fora da geladeira por no
máximo duas horas.

Se ainda estiverem quentes, devem ser levados destampados para refrigeração para
que o ar frio circule.

“Depois, podem ser tampados normalmente”.

O produto quente não compromete o funcionamento do eletrodoméstico,
só faz aumentar o consumo de energia.

“Mas eu prefiro pagar mais caro a conta do que pagar com minha saúde”.

Enfim, são muitos cuidados que devemos tomar.

Alguns são quase impraticáveis, outro são mais fáceis.

Mel não pode ser oferecido a Crianças!

Ponto para:

- quem conseguir não colocar meio tomate, meia cebola, na porta da geladeira.
- quem não lava frutas e verduras quando chega da feira e sim duas horas depois de refrigeradas.

E mil pontos para quem não oferece mel para Crianças com menos de um ano.

Mel?

Dr. Bactéria avisou às mães que todo cuidado é pouco com esse rico alimento.

Segundo ele, 8% da produção de mel é contaminada

por uma bactéria chamada Clostridium botulino.

Os seres humanos desenvolvem anticorpos de defesa contra os microorganismos,
mas somente após um ano de idade.
“Muitas crianças morrem de causas não explicadas
e alguns desses óbitos podem ser atribuídos ao mel”.

**Uma das críticas mais severas feitas pelo professor Roberto foi com relação a
experimental e soprar a comida dos bebês
– que muita gente desavisada faz –**

As festas são ocasiões ideais para a proliferação de bactérias,
porque os alimentos ficam expostos por tempo acima do considerado ideal.
O bioquímico cita a maionese como uma das vilãs das intoxicações alimentares,
principalmente as (maioneses) caseiras.
“O perigo é maior para os donos das festas,
que só têm tempo de comer os quitutes no dia seguinte.
E ainda acham que é gostoso”.

Salmonela

Salmonelose é uma infecção causada pela bactéria chamada salmonela,
que se desenvolve principalmente em **alimentos crus**.

O risco de contrai-la em maionese caseira, portanto, é latente.
A maioria das pessoas infectadas por salmonela desenvolve diarreia,

febre e cólica abdominal entre 12 e 72 horas depois da infecção.
Salmonelose geralmente dura entre quatro e sete dias,

sendo que a maioria das pessoas se recupera sem necessidade de tratamento.

Porém, em algumas pessoas, a diarreia pode ser tão forte

que o paciente precisa ser **hospitalizado**.

A infecção por salmonela pode se espalhar dos intestinos para a corrente sanguínea,

e daí para outras partes do corpo,

podendo ser fatal caso a pessoa não seja tratada rapidamente com antibióticos.

Idosos, crianças e aqueles com sistema imunológico enfraquecido têm mais
probabilidade de desenvolverem casos graves de salmonelas.

Bugui Ugui – garantia de higiene e qualidade