El maneig de l?ou a l?estiu.

Opinió | 24-06-2012 | 08:35

Les gastroenteritis causades per Salmonel·la estan descendint significativament a Espanya en els últims anys, tot i això, cada any, especialment durant els mesos d?estiu, es donen casos de colitis produïdes pel consum d?ous i/o els seus derivats. Especialment són les originades per Salmonel·la del tipus Enteritidis les que es produeixen amb més freqüència i s?associen amb el consum d?aliments a base d?ou.

En aquest sentit cal afirmar que els productors d?ous s?apliquen des de 2005 programes de vigilància i control de Salmonel·la en gallines ponedores en col·laboració amb l'Administració, per reduir la presència de Salmonel·la a les granges i que l?ou sigui més segur. Inclouen bones pràctiques d?higiene, la vacunació de les gallines contra Salmonel·la i el control del seu estat sanitari.

Les mesures de prevenció són supervisades per les autoritats, que a més realitzen controls oficials. Aquests programes, implantats a tota la Unió Europea, han reduït les toxiinfeccions alimentàries relacionades amb l?ou.

El control de la Salmonella des de l?origen per garantir la seguretat de l?ou s?ha de completar amb una bona higiene a la cuina. D?adequada preparació i conservació són claus per a consumir aliments segurs i evitar toxiinfeccions, especialment a l?estiu.

L'Institut d'Estudis de l'Ou recorda deu consells bàsics per a un ús segur de l?ou:

1. Compri ous amb la closca intacta i neta, degudament etiquetats i amb el codi de traçabilitat marcat a la closca.

2. Respecteu la data de consum preferent indicada en l?envàs de l?ou.

3. No deixi els ous, ni els aliments amb ou, a temperatura ambient. Poseu-los en la nevera.

4. No s?han de rentar els ous abans de ficar a la nevera per conservar. Pot rentar-los just abans d?usar-los.

5. No trenqui els ous a la vora del recipient on vagi a batre?ls. Renti després d?usar qualsevol recipient o estri amb restes d?ou cru.

6. No separi les clares dels rovells amb la pròpia closca de l?ou.

7. Qualli bé les truites. No les deixi a temperatura ambient si no les va a consumir immediatament i mantingueu en refrigeració fins al seu consum.

8. Prepareu amb la màxima higiene la maionesa casolana, afegiu un rajolí de vinagre o llimona i guardeu a la nevera fins al consum. La maionesa industrial també s?ha de conservar refrigerada un cop oberta.

9. Conservi sempre a la nevera els pastissos, cremes, salses, etc. i consúmalos a les 24 hores següents a la seva elaboració.

10. Els aliments crus o poc cuinats, així com les mans o estris de cuina que no estiguin ben nets poden contenir gèrmens. Eviti que entrin en contacte amb aliments llestos per menjar, ja que poden contaminar.

L?ou és un aliment extraordinàriament nutritiu, de manera que els bacteris creixen amb rapidesa si els facilitem les condicions adequades. La higiene, el temps i les temperatures a la manipulació i ús de l?ou a la cuina són els tres factors essencials per a la prevenció de toxiinfeccions alimentàries. Gaudiu de l?ou amb totes les garanties.

Article preparat a partir d?una nota emesa per l'Institut d'Estudis de l'Ou

Fuente: Jesus_D
Autor: Jesus_D