

食中毒を防ぐために ふせ ~煮込み料理の場合~ にこ



家で、肉や野菜を入れてじっくり煮込んだカレーを作りました。
カレーなどの煮込み料理で気をつけることは何でしょう？

よく煮込んであれば安全なの？ にこ



カレー、シチュー、煮物など、次の日に残りを食べて食中毒になることがあります。



よく煮込めば
細菌は死ぬんじゃないの？ にこ
さいきん

細菌の中には、
熱に強い殻を作って
生き残るものがあるんだよ。
そして作った料理を
鍋のまま置いておくと、
残った細菌が増えるんだ。
さいきん



もっと
教えて！

細菌の中には、「芽胞」という熱
に強い殻を作り、100℃で加熱を
しても生き残るものがあります。
生き残った細菌は、料理が冷めて
50℃くらいの「いごちのよい
温度」になると、芽胞から出て
きて増え始めます。
さいきん

煮込み料理を安全に食べるために、 気をつけること③つ にこ



つけ
ない

野菜についた土をよく
洗い落とす。
土の中にも、熱に強
い細菌がいる。



ふやさ
ない

保存するときは、すば
やく冷やす。浅い容器
に小分けして冷蔵庫へ。
熱に強い細菌が残って
いるかもしれない。
ほぞん



やっ
つける

温め直して食べるとき
は、かきまぜながら、
しっかり加熱する。
残った細菌が増えてい
るかもしれない。
さいきん

加熱をしているからと
油断せず、作ったら
なるべく早く食べよう。



まとめ

- 作ったら、なるべく早く食べる。
- 保存するときは、すばやく冷やす。
- 温め直して食べるときは、しっかり加熱する。



食中毒を防ぐポイントは、ほかにどんなことがあるかな？ ふせ

調べてみよう

キッズボックス

検索

2020年9月 内閣府食品安全委員会 ないかくふ

<http://www.fsc.go.jp/kids-box/>