

食物冷却方法

- 概要说明 -

食品卫生法要求对所有非立即食用的熟食都应该尽快进行冷却，以消除细菌滋生的可能。对具有潜在危险性的食品，可以采取以下两种冷却的方法：一种是两步冷却法（相对更好），另一种是一步冷却法。

- **两步冷却法**是分两步来降低熟食的内部温度。第一步是在两个小时的准备期间内将温度从摄氏 60° (华氏 140°) 降到摄氏 21° (华氏 70°)；并在随后的四个小时内，再将温度从摄氏 21° (华氏 70°) 降到摄氏 5° (华氏 41°) 以下。整个过程应该绝不超过六小时。
- **一步冷却法**是在四个小时的准备期间内将熟食的内部温度从摄氏 60° (华氏 140°) 降到摄氏 5° (华氏 41°) 以下。这种方法只适用于由处于一般温度的材料制作而成的食品，如加工食品和罐装金枪鱼。

如何选择具有潜在危险性的食品的最佳冷却方法，取决于下列因素：

- 需冷却的食品的体积与数量；
- 需冷却的食品的浓度 – 炖煮食品浓度比汤类食品浓度要高；以及
- 存放需冷却的食品的容器 – 浅盘内食品比深盘内食品要冷却得快。

食品卫生法推荐采用下列方法进行熟食的快速冷却：

- 将需冷却的食品存放在浅盘中；
- 将需冷却的食品切薄或分成小块；
- 选用快速冷却设备，如‘快速冷冻机’；
- 将需冷却的食品存放在置于冰槽内的容器中，并加以翻动；
- 选用散热快的容器；
- 在需冷却的熟食中加入冰块作为食物成份；或者
- 上述方法联合使用。

食品冷却最重要的一点是切记将食品尽快地冷却到摄氏 5° (华氏 41°) 以下。冷却时间绝对不能超过选定的冷却方式所规定的最大限度（一步冷却法不超过四小时，两步冷却法不超过六小时）。简单地将熟食放入冰箱不能达到消除细菌滋生的目的。此外，温的或热的食品放入冰箱实际上容易使冰箱内的温度上升，而影响冰箱内其它食品的安全。食品经过适当的冷却之后，就应该适当地储存起来 – 包装并贴上标有储存日期的标签。当使用熟食作为材料制作食品时，永远要记住先存先用的原则。

**要了解有关食品加工业的详细情况，
请与当地卫生部门联系。**