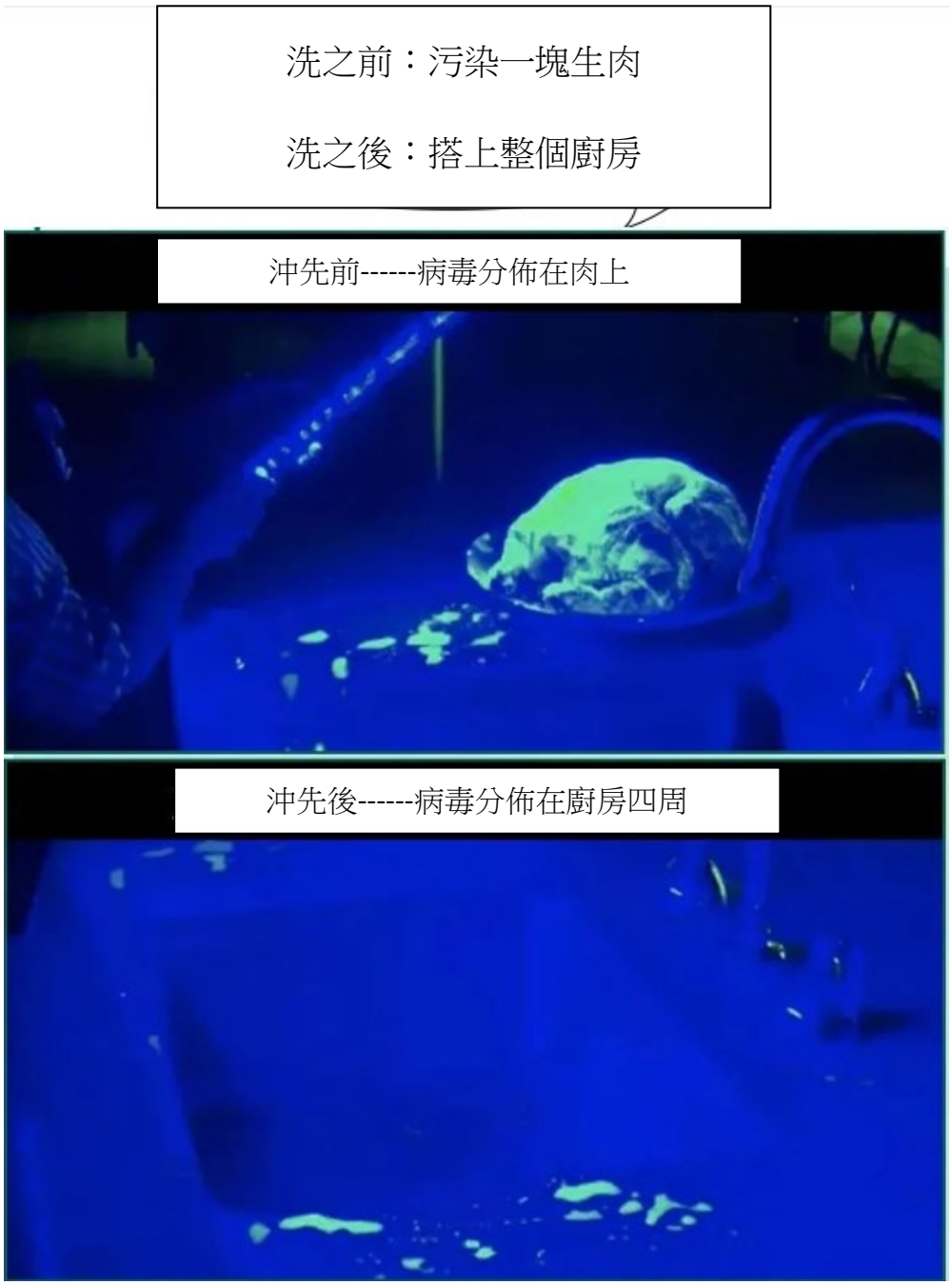
建議提醒爸媽，洗生肉不要直接用水沖！

江蘇省消保委 2024-01-18

哈？那要怎麼洗？注意，咱說的是不要“沖洗”，而是“浸泡”着洗。

如果買回來的肉比較乾淨，沒有很多血水和異物，不洗也不是不行 (只要你吃得下)，用高於 60℃的滾燙沸水焯一遍，病毒基本就死掉了。

水沖生肉到底犯了啥錯？這是因為，生肉可能攜帶致病菌，直接沖水，濺開的水花會讓致病菌污染周邊環境。



通過熒光物質展示清肉類時細菌的分佈

不妨用盆接水浸泡着洗，處理完畢記得再去洗個手。

當然，想要安全吃肉還要注意下面這些操作：

- 多準備幾塊砧板，肉和蔬菜分開切、生的熟的分開切，避免交叉感染
- 生肉和熟食不要堆在冰箱同一層，熟食在上層，生肉在下層。防止生肉汁液滴下來污染其他食物
- 處理生肉時可以帶上手套，處理完後，記得及時清理廚具、料理台。

來源：深圳衛健委