



Veckobrev vecka 42

**Temperatur & bakterier**

Ibland får vi frågor kring temperatur och bakterier. Nedan följer några viktiga punkter om hur vi förhåller oss till detta.

**Vad krävs för bakterietillväxt**: Värme, vatten, näring och tid att föröka sig.

**Värme:** Bäst tillväxt av bakterier sker vid ca 35C°- 38C° (nära kroppstemperaturen)  
Under 0C° kan inga bakterier tillväxa(men överleva). +5C° - +60C° är ”riskzonen”

Bakterier oskadliggörs i vanlig matlagning vid upphettning till 72C° i 15 sek.

Det finns egentligen inget krav på temperatur, utan leverantören ska se till att inte hälsofara uppstår.  
  
**Rutiner vi har vid kylvaror**: Vid leverans från leverantör kontrollerar vi temperaturen.  
Våra kylrum håller 4 C° för kött, kyckling och fisk. Grönsakskylen håller 6C°, då grönsaker trivs bättre om det inte är för kallt. Tillagade och uppskurna grönsaker förvaras i en kyl som håller en temperatur på 4C°.

**Rutiner vi har vid tillagning/uppvärmning:** Vi mäter alltid temperaturen på all mat som packas i boxarna. Vid upphettning till minst 74C°, men det räcker med 72C°.

**Innertemperatur vid tillagning av:** Kokning av fisk- innertemperatur 60C° (bäst), Gratinerad fisk minst 72C°, Kycklingfilé 74C°, Fläskkött 74C°, Rostbiff 68C°.

Tänk på att en temperatur sticka mäter en snitt temperatur från hela stickan. Det är därför mycket svårt att ta temperatur på lite mat.

**Fukt och näring:** Bakterier föredrar livsmedel med hög proteinhalt och god vattentillgång.

**Hög risk:** äggprodukter(majonnäs, mousse, hollandaisesås), skaldjur, tillagat ris, mjölkprodukter, patéer, stuvningar mm.  
**Låg risk:** Hög salt eller socker halt, syra (tex.ättika). Torra livsmedel pga. av avsaknad av vatten.

**Kontamination**: genom direkt kontakt, nysning, hostning, eller indirekt genom utrustning.

För ytterligare information se livsmedelsverkets hemsida. http://www.livsmedelsverket.se/  
  
Trevlig helg önskar Happy Food gänget!