

Безопасная консервация: основные правила

Советы от специалистов отдела дезинсекции Института дезинфектологии ФБУН «ФНЦГ им. Ф. Ф. Эрисмана» Роспотребнадзора.



© Щеголева Ольга / Фотобанк Лори

Осенью, когда урожай овощей, фруктов и грибов особенно щедрый, многие хозяйки заготавливают продукты на зиму, стремясь сохранить их полезные свойства, вкус и аромат. Для того чтобы консервы долго оставались качественными и безопасными, важно следовать правилам подготовки сырья, посуды и места хранения. Любая ошибка в процессе консервации может испортить продукт и привести к пищевому отравлению. Чтобы заготовки получились вкусными и полезными, следуйте простым рекомендациям.

Подготовка продуктов

Перед началом работы обязательно вымойте руки с мылом. Овощи, фрукты и грибы, которые вы собираетесь консервировать, должны быть свежими, не иметь повреждений и признаков порчи. Гнилые плоды смело выбрасывайте. Даже небольшое повреждение может стать местом размножения опасных микроорганизмов, например возбудителей: ботулизма (*Clostridium botulinum*), пищевых токсикоинфекций (*Clostridium perfringens* и *Bacillus cereus*).

Бактерии часто находятся на поверхности плодов, поэтому тщательно промойте продукты под проточной водой, используя мягкую щетку или губку для удаления загрязнений. Следите, чтобы на поверхности продуктов не осталось

частиц земли и другой грязи. Некоторые хозяйки используют метод бланширования: овощи, фрукты и грибы обдают кипятком, затем сразу же помещают в холодную воду.

Подготовка и стерилизация тары

Проверьте целостность банок, убедитесь, что на них нет трещин и сколов. Лучше всего для консервации использовать новые крышки без вмятин и ржавчин. Банки и крышки необходимо промыть горячей водой с добавлением моющего средства, уделяя внимание резиновым прокладкам и крышкам. После промывания тару надо высушить и простерилизовать.

Для стерилизации можно выбрать один из следующих методов.

1. *Кипячение.* Вскипятите воду в кастрюле и поставьте туда банки горлышком вверх на 15–20 минут. После этого аккуратно переместите банки на сухое полотенце горлышком вниз, давая обсохнуть. Таким же способом обрабатывайте крышки.

2. *Стерилизация паром.* Вскипятите воду и 5 минут подержите над паром банку горлышком вниз так, чтобы пар ее полностью заполнил. Поставьте банку вверх дном на чистое полотенце, чтобы конденсат стек. Крышки простерилизуйте в дуршлаге над кипящей кастрюлей.

3. *Обеззараживание в посудомоечной машине.* Выберите режим работы при высокой температуре и промойте банки одновременно вместе с крышками.

4. *Стерилизация в духовке.* Разогрейте духовой шкаф до 100–130 °С, поместите туда банки. Выдержите около 5 минут, затем оставьте охлаждаться внутри закрытой духовки примерно на 20 минут.

Стерильные банки используйте сразу же после обработки. Заполнив их, герметично закрутите крышками и переверните вверх дном, чтобы создать вакуум.

Условия хранения

Домашнюю консервацию рекомендуется хранить в сухом прохладном помещении, защищенном от солнечного света и источников тепла. Обращайте внимание на состояние ваших запасов: вздутые крышки, появление пузырьков воздуха в банке, изменение цвета, запаха или консистенции продукта свидетельствуют о порче. Открытые заготовки нужно хранить в холодильнике и употреблять в короткие сроки.

Следуя этим простым правилам консервации, вы сохраните вкус и пользу летних продуктов надолго, избежав риска пищевого отравления.

Больше полезной информации по санитарной безопасности и профилактике опасных заболеваний на сайте санцит.рус.