

# 生肉不能用水龙头直接冲洗? 买回家的生肉应该怎么办

■ 思 扬

6月18日,国家卫健委网站发布《低风险地区夏季重点场所重点单位重点人群新冠肺炎疫情常态化防控相关防护指南(修订版)》。其中,“不要在水龙头下直接冲洗生的肉制品”的建议引发热议,不能在水龙头下直接冲洗那应该怎么办?

## 飞溅的水花可能增加感染风险

事实上,许多人在烹饪前都有洗生肉的习惯,得知“不要在水龙头下直接冲洗生的肉制品”的建议后,“洗生肉会被传染新冠病毒吗?”“到底还能不能清洗生肉?”等问题引起网友关注。

美国食品技术协会高级会员、科学松鼠会成员云无心表示,该防护指南其实是清洗食物的“良好操作规范”,并不只是专门针对新冠病毒。不建议用水龙头直接冲洗生肉的原理在于,如果肉上有细菌和病毒,可能会随着流水溅到四周。“平时我们并不会总是对水槽进行清洗和消毒,这就给了

病菌增殖空间。”

中国食品辟谣联盟专家、科信食品与营养信息交流中心业务部主任阮光锋指出,生肉类食品很容易被各种细菌、寄生虫等微生物污染,常见有鸡肉中的弯曲杆菌、沙门氏菌,猪肉中的猪肉绦虫等。单用水龙头冲洗,是不能消灭的。如果经水花传播的细菌落在水槽、案板、料理台、菜刀上,之后被处理的生吃食材可能也会被细菌污染,埋下食品安全隐患。美国北卡罗来纳州立大学和美国农业部曾发布的一项消费者研究也指出,鸡肉烹调之前不应该清洗,会增加污染和食源性疾病的风险。

## 生肉应该怎么洗

如果买回家的生肉不洗就直接烹饪,可能很多人心理上无法接受,总觉得“不洗不干净”。

对此,阮光锋解释道,买回家的生肉一般都是煮熟了再吃,不洗直接煮熟本身没有太大问题。即使有细菌存

在,也都被杀死了。如果坚持要洗的话,也可以,但需要掌握正确的清洗方法,将生肉直接放在水龙头下冲洗是不合适的。

阮光锋给出了两种清洗生肉的方法:第一,清洗生肉的时候,最好把肉放在固定的容器里面,比如放在一个专门用来洗肉的盆子里,然后加水浸洗,这样既可以清洗干净,也能够有效地减少水花四溅、防止细菌交叉感染。第二,如果要用水龙头直接冲洗,尽量将水调小一些,然后把肉尽量放到池子底部,避免溅到其他食物表面。

此外,在处理生肉时,要生熟分开,不要让生肉污染其他蔬菜。处理生肉后,要用肥皂和流水洗手至少20秒。

## 处理生肉需注意防护

不同人员在处理生肉时应该怎么防护呢?此次修改后的防护指南也针对不同身份的人员给出了建议。

对于食品从业人员来说,厨师等

从业人员要持健康证上岗,正确使用一次性手套。咳嗽或打喷嚏时要掩盖口鼻。对经常接触的物品要及时清洁消毒。每日通过电话、微信等报告健康状况,若出现发热、咳嗽等症状,立即离岗并报告、就医。

生产加工线上的员工间要保持距离。食品加工场所要注意通风换气。司机等食品运送人员要避免直接接触食品。建议使用一次性容器包装。保持所有运输容器的清洁并经常消毒。食品售卖人员做好个人防护和保持工作环境卫生。经常洗手,正确佩戴口罩。鼓励非接触式支付。散装直接入口食品要避免直接暴露。

食品消费者要在购物或就餐时做好个人防护。购买、制作过程接触生鲜食材时避免用手直接揉眼鼻,处理生肉、生水产品等食品时应格外小心,避免交叉污染,放入冰箱冷冻层前最好先分割成小块、单独包装,包装袋要完整无破损。食物要煮熟、烧透,尽量不吃生的水产品等。生熟食品分开加工和分层存放。

# 警惕“扫二维码送礼”骗局

新华社南京电(记者 王珏)进入移动支付时代,扫描二维码已成为人们生活中的寻常事。但一些看似方便的二维码背后藏着恶意链接,无意中一扫,你的个人信息、密码、钱财就可能被盗用。江苏无锡警方提醒,广大市民应提高警惕,不扫描来历不明的二维码。

近日,无锡市民唐女士在商场购物时,遇到称扫二维码就能免费赠送小礼品的推销员。唐女士看到赠送的卡通杯子正是自己需要的,十分心动。她用手机扫描了推销员指定的二维码,填写了姓名、手机号和身份证号。回到家后,唐女士却收到一条银行扣款短信,莫名其妙消费了588

元。唐女士仔细回忆当天的消费情况,并未发现有交易记录,后至银行查询该笔钱款交易时间,是在自己扫描二维码之后的5分钟,于是报警。

无锡警方称,随着手机扫码支付的普及,此类利用线上安全漏洞的骗局也逐渐增多。不法分子利用人们的疏忽,用二维码捆绑病毒链接,在后台恶意窃取信息、恶意伪造商户网站盗刷钱财等。

警方提醒,面对街头的蝇头小利不要掉以轻心,即使要扫描商家的二维码,也要选用专业的扫码工具。扫码后,一旦软件出现安全提醒,及时进

行杀毒操作。如遇到页面要求先下载应用后支付的现象,应选择官方应用商店下载。

此外,二维码如指向来源不明的附带文件、视频等,尽量不要下载。注意保护个人信息,以免被不法分子窃取,造成不必要的财产损失。

对于绑定银行卡的支付软件,要同时设置手势密码、验证码及动态短信口令等多重密码保护,并选择不自动登录账号。

遇到钱款莫名减少,要及时查询银行流水。发现问题,应第一时间报警,并详细提供与案情有关的信息,包括对方使用的微信号、支付宝账号、支付转账记录等。



生活厨房

## 新疆特色小吃——烤包子

■ 文 雯

烤包子是维吾尔族的名小吃之一,如果家里没有馕炕,也可以用烤箱来制作烤包子。

材料:

面粉300克,水约160克,羊腿肉200克,洋葱1个,鸡蛋1个,盐、姜末、胡椒粉、孜然适量,香油2匙。

做法:

1.面粉倒入盆中,分几次加水,边加水边用筷子搅拌,待面粉呈絮状后,用手揉成光滑的面团,盖上保鲜膜静置20分钟。

2.洋葱切丁,加入切碎的姜末和1茶匙盐混合均匀备用。

3.把羊腿肉切成小丁,加入盐、孜然、胡椒粉、香油和水搅拌均匀后,腌制5分钟,然后将洋葱倒入腌好的羊肉中混合均匀。

4.将面团分成等份的小剂子,压扁后用擀面杖擀开,在面皮中放上肉馅,并在面皮的边缘刷上蛋液,像叠被子一样包成长方形。

5.在烤盘上铺锡纸,刷一层油,放上包好的烤包子,在表面刷上蛋液。

6.烤箱预热220℃,把烤盘放在烤箱的中层,烤制约15分钟左右取出。

# 大米长虫怎么办

■ 丁 一

很多家庭会在家里储存一定量的大米,但如果大米里长虫了怎么办?

如果大米中的虫不多,可以将大米连口袋一起放入冰箱冷冻层内,冷冻24小时后再取出,这时大米里的虫通常会被冻成红黑色,容易筛出来,而且不会影响大米原有的口感。

花椒驱虫。花椒具有特殊的香味,有驱虫作

用。米虫对气味非常敏感,对花椒特殊的气味更是会避之不及。可以准备几块干净的小纱布,每块包上20-30粒花椒,包好后放置在大米中,分别放置在袋子的不同位置,以确保对整个袋米产生作用。

白酒防虫。白酒中含有的乙醇可以起到灭虫、杀菌的作用,而且加上大米有微弱的呼吸作用,在相对密闭的环境里可以使空气减少,从而起到防虫的效果。具体操作方法是在一个酒瓶里装入50g的白酒,瓶口敞开,然后将酒瓶埋入大米中,瓶口高于大米,最后将米袋封好即可。

大蒜防虫。将家中的大蒜一瓣一瓣掰下,不用去皮放进大米中,平均5千克的大米放入大蒜12瓣,这样能够有效驱除米虫。

