



Co-funded by  
the European Union



CC BY-NC-SA 4.0 DEED

Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International

# Livsmedelssäkerhet, Hygien och sanitet

## KAPITEL 1





Co-funded by  
the European Union



Co-funded by  
the European Union

"Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them."

"Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden."



CC BY-NC-SA 4.0 DEED

Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International

This document was created as free learning and teaching material (Open Educational Resource) and is licensed under Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



Deaf Chefs  
Learning The World Cuisine  
2021-1-DE02-KA220-VET-000034650  
www.silentchefs.org



Co-funded by  
the European Union

# KAPITEL 1

---

## Livsmedelssäkerhet, hygien och sanering

### Ämnen

- 1.1. Vikten av hygien i köket
- 1.2. Grundläggande begrepp för livsmedelssäkerhet och hygien
- 1.3. Vikten av personlig hygien i köket
- 1.4. Vilka är de faror som kommer att försämra livsmedelssäkerheten och hur kan man undvika dem?







Co-funded by  
the European Union

## 1.1. Hygien i Köket

En av de grundläggande förutsättningarna för ett hälsosamt liv är säker matkonsumtion. Det finns några element som måste beaktas i alla stadier av "produktion, inköp och konsumtion" för att säkerställa livsmedelssäkerheten.

## 1.2. Grundläggande begrepp för livsmedelssäkerhet och hygien

Säker mat är maten som är fri från alla faktorer som orsakar förstörelse och kontaminering medan dess näringsvärde bevaras.

**Hygien:** Tillämpningar som genomförs och rengöringsåtgärder som vidtas för att skydda hälsan från skadliga faktorer kallas hygien.

**Sanering:** Den biologiska reningen av mat från alla mikroorganismer.

**Livsmedelshygien:** De regler som är nödvändiga för att kontrollera de faror som kommer att uppstå för att skydda människors hälsa under "produktion, inköp, lagring, distribution och försäljning" av livsmedel och för att eliminera riskerna.

**Kökshygien:** Det är konceptet som uttrycker beredningen av livsmedel under förhållanden passande för hälsa.

## 1.3. Vikten av personlig hygien i köket

### Mun/Näsa/Hår/Kläder

- Mun, näsa och hår ska inte vidröras när du förbereder eller lagar mat.
- Pappersservetter eller ett munskydd ska användas vid hosta eller nysningar.
- När smaken av maten ska kontrolleras ska en separat sked användas och placeras på en separat tallrik, provsmakning ska inte göras med skeden som maten omrörs med.
- Ett hårnät eller något annat skyddande material bör användas som en försiktighetsåtgärd för att förhindra att hår faller i maten



Deaf Chefs  
Learning The World Cuisine  
2021-1-DE02-KA220-VET-000034650  
www.silentchefs.org



Co-funded by  
the European Union

## Händer och hygien

- Händerna måste tvättas väl med tvål
- I början av varje hantering,
- Efter att ha rört råa livsmedel,
- Efter toalettbesök,
- Innan man serverar maten,
- Efter att ha rört pengar,
- Efter att ha rört smutsiga verktyg,
- Efter hosta och nysningar,
- Efter att ha rört skräp.

## Hur tvättar vi händerna korrekt?

- Händerna ska tvålvas upp från handleden till fingertopparna, helst med varmt vatten,
- Skrubba mellan händer och fingrar i minst 20 sekunder,
- Händerna sköljs noggrant under rinnande vatten,
- Händerna torkas med en ren handduk eller pappershandduk.

## Hur applicerar man handdesinfektionsmedel?

Det mest effektiva och snabbaste sättet att ta bort bakterierna från våra händer kallas "handdesinfektion". Det är nödvändigt att använda desinfektionsmedel med antiseptiska egenskaper. Ta 3-5 ml av ett effektivt alkoholbaserat desinfektionsmedel och applicera på båda händerna och gnugga händerna i ungefär en minut. Handdesinfektionsmedel kan appliceras på tvättade eller torra händer, särskilt efter toalettbesök och efter kontakt med rått kött.

## 1.4. Vilka faror kommer att försämra livsmedelssäkerheten och hur kan man undvika dem?

- Anläggningar som producerar och säljer livsmedel och ämnen och material som är i kontakt med livsmedel, och anläggningar som erbjuder dem för masskonsumtion, är skyldiga att genomföra och upprätthålla förfaranden baserade på principerna om "hygienpraxis" och "HACCP", som är bland de mest effektiva metoderna för att säkra livsmedel.



Deaf Chefs  
Learning The World Cuisine  
2021-1-DE02-KA220-VET-000034650  
www.silentchefs.org



## Co-funded by the European Union

- Köp eller presentation av produkter från livsmedelsföretag med ett registrerings-/godkännandenummer.
- Livsmedel vars kvalitet har försämrats och vars utgångsdatum/rekommenderade konsumtionsdatum inte tydligt anges bör inte vara avsedda för försäljning eller konsumtion.
- Förebygg korskontaminering.
- Efterföljning av hygienregler.
- Skadedjursbekämpning.
- Efterföljning av regler för personlig hygien.
- Använd lämplig teknisk utrustning, verktyg och material.
- Implementera effektiv avfallshantering.
- De områden där livsmedel bereds, används eller bearbetas skall utformas och upprättas så att de ger hygieniska förhållanden som är lämpliga för livsmedelsproduktion.
- Det måste finnas tillräckligt med arbetsutrymme för att hygienprocedurerna skall kunna utföras felfritt.
- Dörrarna ska vara lätta att rengöra och desinficera.
- Fönstren måste vara gjorda av slitstarkt material för att förhindra ansamling av smuts.
- Myggnät bör användas på fönstren som öppnar sig mot utsidan,
- Fönsterbräddor ska inte användas som hyllor.
- Ytorna ska utformas på ett sådant sätt att det inte orsakar ansamling av smuts, förorening av främmande material med livsmedel, bildning av kondens eller mögel.
- Det ska vara rengöringsbart, desinfektionsbart och motståndskraftigt mot att rosta.
- Golv- och väggytor ska vara fasta, lätt rengjorda och desinficerade vid behov.
- Toaletterna på arbetsplatserna måste ha rinnande vatten, det måste finnas en avloppsanslutning och de får inte på något sätt öppnas direkt till de rum där maten är beredd.
- Det bör finnas flytande tvål, hygienisk handtork och desinfektionsdispensrar i toalettområdena.
- Hygienmattor ska finnas vid toalettuttagen.
- Personalens sociala områden bör vara åtskilda från livsmedelsproduktions- och försäljningsområdena.
- Omklädningsrum bör tillhandahållas för personalen att byta kläder.
- Det bör finnas skåp där arbets- och privata kläder kan förvaras separat.
- Nödvändigt antal rena, hela och fungerande handfat bör finnas tillgängliga på lämpliga platser på arbetsplatsen.



Deaf Chefs  
Learning The World Cuisine  
2021-1-DE02-KA220-VET-000034650  
www.silentchefs.org





Co-funded by  
the European Union

- Verktøy og utrustning som används vid livsmedelsbearbetning bör inte tvättas i handfat,
- Beroende på arten av det utförda arbetet bör kall- och varmvattenanslutningar vara tillgängliga.
- Ventilationssystemen skall kunna avlägsna rök, lukt, sot och avdunstning, bevara värmen och förhindra att damm, smuts och skadedjur tränger in.
- Arbetsplatsen ska belysas naturligt eller konstgjort, motsvarande dagsljus,
- Belysningsutrustning bör skyddas mot eventuella faror och sönderbrytning,
- Livsmedelsföretagens arbetsplatser måste alltid ha varmt och kallt vatten av dricksvattenkvalitet,
- Is bör produceras från "drickbart vatten",
- Vattentankar måste vara gjorda av material som är lämpliga för mat och människors hälsa,
- Ismaskiner och vattentankar ska rengöras och desinficeras regelbundet.
- Avloppsvatten och avloppssystem skall utformas och produceras för att förhindra kontaminering av livsmedel och människor.
- Rengöringsmedel, rengöringsmedel och desinfektionsmedel bör förvaras i lämpliga slutna och låsta utrymmen, inte i de utrymmen där livsmedel finns.
- Behållare och flaskor med rengörings- och desinfektionsmedel ska vara tydligt märkta.

