



Eldun á hamborgurum og öðru hökkuðu kjöti

Hamborgarar og annað hakkað kjöt sem ekki er nægilega vel steikt getur valdið matarsýkingu. Til staðar geta verið hættulegar örverur eins og t.d. *E.coli* og *Salmonella* sem geta valdið alvarlegum veikindum, sérstaklega hjá viðkvæmum einstaklingum og hjá fólki í áhættuhópum eins og börnum, eldra fólki eða fólki með undirliggjandi sjúkdóma.

Það er hægt að koma í veg fyrir að fólk veikist vegna þessara örvera með því að elda hamborgara eða annað hakkað kjöt á réttan hátt.

Það er vel þekkt að boðið sé upp á mismunandi eldaðar steikur á veitingastöðum eins og vel steikt (well done), meðal steikt (medium rare) eða lítið steikt (rare). Þá er um að ræða heilan vöðva af kjöti og örverur því aðeins á ysta lagi kjötsins en ekki inni í vöðvanum. Þessar örverur drepast þegar kjötið er steikt eða grillað við háan hita.

Það sama á ekki við um eldun á hökkuðu kjöti eins og hamborgurum. Hakkað kjöt á alltaf að vera gegnumsteikt. Þegar kjöt er hakkað eykst yfirborð þess verulega og þar með það yfirborð sem örverur geta lifað á. Örverur eru þá dreifðar um allt kjötið. Létt steiking (medium rare, rare) drepur ekki sjúkdómsvaldandi örverur sem geta verið í kjötinu. Til að tryggja að sjúkdómsvaldandi örverur drepist, verður að steikja hakkað kjöt í gegn eða þannig að kjarnhitastig nái 75°C. Veitingastaðir eiga því ekki að bjóða upp á mismunandi steikta hamborgara né annað miseldað hakkað kjöt.

Matvælafyrirtæki bera alltaf ábyrgð á þeim matvælum sem þau selja, einnig í þeim tilvikum þegar viðskiptavinir óska eftir matvælum sem ekki eru gegnumsteikt.

Ýmsar leiðir eru til að draga úr áhættu á að viðskiptavinir fái matarsýkingu af völdum sjúkdómsvaldandi örvera í hamborgurum og öðru hökkuðu kjöti, m.a. með því að:

- Vera með virkt innra eftirlit sem m.a. felst í að geyma hakkað kjöt við rétt hitastig (0-4°C)
- Gæta að hreinlæti í eldhúsinu þegar hrátt og hakkað kjöt er meðhöndlað
- Þvo hendur fyrir matreiðslu og eftir að hafa meðhöndlað hrátt kjöt
- Koma í veg fyrir krossmengun frá hráu kjöti yfir í tilbúnaðar vörur
- Gegnumsteikja hakkað kjöt (einnig hamborgara) þannig að kjarnhitinn nái 75°C
- Gera kröfur til birgja um innra eftirlit

Athugið að ef kjarnhiti í hamborgurum eða öðru hökkuðu kjöti nær ekki 75°C þá eru líkur á að það innihaldi sjúkdómsvaldandi örverur !!