

## El tractament tèrmic és fonamental per garantir la seguretat dels aliments

El tractament tèrmic té un paper important en la destrucció de microorganismes patògens. Per això, la temperatura i el temps de cuinat dels aliments tenen especial rellevància per a la seguretat microbiològica.

Encara que existeixen múltiples combinacions temps-temperatura que poden resultar eficaces, com a regla general es pot considerar suficient una temperatura de cuinat de 70 °C durant, almenys, 2 minuts o un tractament tèrmic equivalent. Les combinacions temps-temperatura equivalents a la de "70°C durant 2 minuts" **són les següents:** ▶



**60°C** durant **45 minuts**

**65°C** durant **10 minuts**

**70°C** durant **2 minuts**

**75°C** durant **30 segons**

**80°C** durant **6 segons**

No obstant això, s'ha de fer referència especial al cas de tractament tèrmic de molluscos, en què hi pot haver patògens, com el virus de l'hepatitis A o *Norovirus* entre d'altres virus. En aquests casos es recomanen tractaments més intensos de 90 °C durant 90 segons en aigua bullint (UE, 2004). Alguns autors fins i tot parlen d'allargar aquest temps fins a 3 minuts (Flannery et al., 2014).

Cal destacar que aquestes temperatures s'han d'assolir en totes les parts de l'aliment, de manera que les temperatures recomanades sempre es refereixen a la temperatura interna i cal verificar-les mitjançant la utilització d'un termòmetre sonda.

### Conservació posterior al tractament tèrmic

El menjar cuinat, si no es manté en calent, ha de ser refrigerat de forma immediata. La temperatura al centre de l'aliment ha de passar de 65 °C a 10 °C en 2 hores. Com a màxim, el temps total de refredament fins a 4 °C ha de ser de 4 hores.

Per a la conservació en calent es recomanen temperatures de, com a mínim, 65 °C.



### Reescalfament d'aliments per al consum immediat

El reescalfament de menjars o d'aliments sobrants de dies anteriors s'ha de fer a temperatures d'almenys 70 °C al centre del producte durant, com a mínim, 2 minuts o equivalent.

En el cas de preparació en forn microones la distribució de temperatura no és homogènia, cosa que implica la necessitat d'utilitzar un termòmetre sonda per verificar que la temperatura s'aconsegueix en tots els punts de l'aliment sense excepció.

Totes aquestes recomanacions són aplicables sempre que es compleixin estrictes mesures higièniques i es faci especial atenció a la neteja i desinfecció d'estrís i equips, i a la higiene de la manipulació dels aliments.