

CUIDADOS NO PRÉ-PREPARO DAS REFEIÇÕES

INICIANDO O PRÉ-PREPARO

"O pré-preparo não deve ser realizado na véspera"



Antes de iniciar o pré-preparo dos alimentos certificar-se de que o ambiente, principalmente cubas e bancadas, está organizado, livre de insetos, limpo e higienizado. Os utensílios (facas, placas de polietileno, recipientes e suas tampas) e equipamentos (partes fixas e removíveis) devem estar limpos e higienizados, conforme orientação do Guia Alimentar do S/INAD. Em seguida, selecionar os gêneros que serão preparados, conforme o cardápio do dia, observando os cuidados listados na seqüência.

EVITE A CONTAMINAÇÃO CRUZADA (Transferência de micro-organismos ou de outros contaminantes para um alimento através de utensílios, bancadas, equipamentos, mãos ou de outros alimentos), utilizando bancadas e utensílios diferentes para o pré-preparo e preparo das refeições.

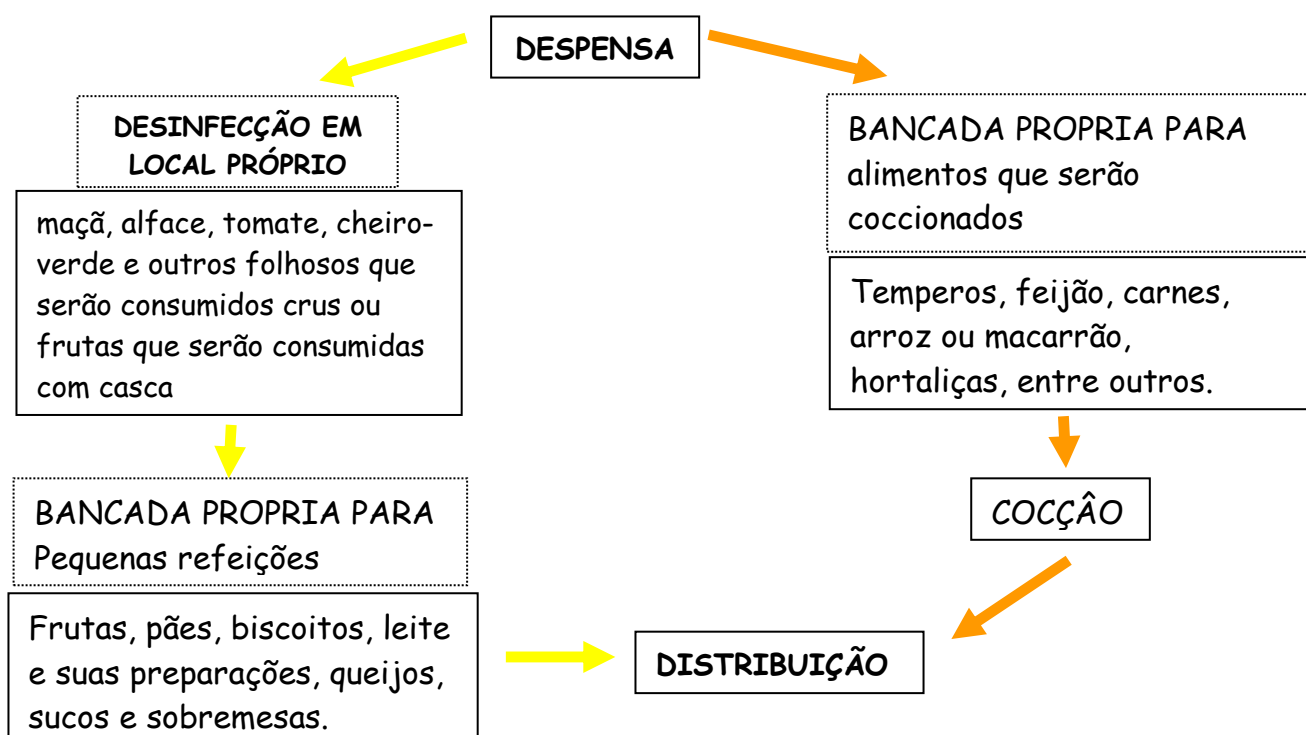
Ex.: - higienização, fracionamento e tempero de frango X fracionamento de fruta

- corte de carnes cruas X corte de tomate para salada



OBS.: Na ausência de bancadas ou utensílios diferenciados, lavar todos os utensílios usados entre essas atividades esfregando vigorosamente com escova ou esponja com detergente. Enxaguar bem em água corrente. Repetir este procedimento sempre que manipular alimentos diferentes, evitando-se assim, a contaminação cruzada.

FLUXO ADEQUADO



CUIDADOS NO PRÉ-PREPARO DAS REFEIÇÕES

CUIDADOS NO PRÉ-PREPARO

Seguir sempre as orientações técnicas das fichas de preparação

Gêneros industrializados:

- observar a data de validade, selecionando os que estão mais próximos do vencimento;
- verificar se o gênero sofreu algum dano no armazenamento que tenha comprometido sua integridade, tornando-o impróprio para o consumo;
- lavar com água e sabão as embalagens impermeáveis e as latas, para que os micro-organismos que estão na parte externa não contaminem a área de trabalho e principalmente o gênero, quando a embalagem for aberta;
- catar e escolher grãos (arroz, feijão etc.) em bancada organizada, previamente higienizada. Esta etapa é muito importante para detectar a presença de perigos físicos como pedras, pedaços de madeira, vidro ou outros contaminantes. Após este procedimento, lavar em água corrente.

Gêneros in natura:

Hortifruti: observar se estão em condições de consumo, conforme o grau de maturação, eliminando os que apresentarem sinais de deterioração.

- todos os hortifruti devem ser lavados em água corrente um a um;
- folhosos, frutos e frutas que serão consumidos crus e com casca (alface, cheiro verde, pepino, pimentão, tomate, caqui, uva, maçã...) deverão ser higienizados em solução preparada com desinfetante especificado pelo S/INAD (Ofício nº038/ 2008), próprio para alimentos;



Atenção com os folhosos

Lavar folha a folha, dos dois lados, em água corrente e potável.

Veja como higienizar com desinfetante

- Preparar a solução, deixando todas as partes do alimento imersas conforme a orientação do fabricante para a diluição e tempo de imersão.
- Enxaguar em água potável para retirar o resíduo do produto utilizado.

- descascar, fatiar ou fracionar as frutas, o mais próximo possível do horário da distribuição para evitar a perda de vitaminas, mantendo os alimentos cobertos.

Ovos:

- descartar os que apresentarem rachaduras;
- lavar em água corrente, um a um, antes de iniciar o preparo;
- desprezar os que boiarem em água fria;
- Não esqueça de observar a validade dos ovos.



Os ovos, assim como a carne de frango, contém salmonella, um micro-organismo patogênico, que causa grave infecção intestinal.

Congelados:

- **carnes, aves e vísceras:**
 - retirar do freezer por até 72h antes do pré-preparo, colocando sob refrigeração (4°C) para descongelamento;

CUIDADOS NO PRÉ-PREPARO DAS REFEIÇÕES

NUNCA DESCONGELAR CARNES À TEMPERATURA AMBIENTE!!!



enquanto o interior da carne ainda está congelado, sua superfície já apresenta temperatura de risco para a multiplicação de micro-organismos.

- observar se o gênero mantém a qualidade após o degelo, retirando do refrigerador as peças de carnes por partes, calculando-se um tempo máximo de permanência em temperatura ambiente, para retirar as partes não aproveitáveis (aparas), fracionar e temperar, retornando com as peças o mais rápido possível para a refrigeração, devidamente cobertas, até a hora do preparo;



Siga esse procedimento até que todas as peças tenham sido manipuladas.

- em caso de **"urgência"**, as peças poderão ser descongeladas sob água corrente, desde que estejam embaladas em saco plástico totalmente fechado. Este procedimento deve ser evitado porque ocasiona grande desperdício de água.

A carne bovina não pode ser lavada em água corrente ou mergulhada em água, para que não haja perda de nutrientes importantes, como o ferro, que previne a anemia.

- Pescado:

- não deve haver degelo do gênero, pois no processo de congelamento são formados cristais de gelo no interior dos tecidos musculares do pescado e ao descongelar, evidencia-se a perda de proteínas, sais minerais, vitaminas e outros compostos junto com a água, proporcionando perda da textura e do valor nutritivo do gênero;
- lavar rapidamente em água corrente (ainda congelado).

LEMBRANDO: muita atenção com o fluxo que os alimentos seguem desde que saem da despensa até o momento em que irão para a cocção. Nas bancadas em que ocorre o pré-preparo das carnes não pode haver alimento pronto para o consumo (e vice-versa). Em nenhum local da área de pré-preparo e preparo devem ser mantidos produtos químicos, o produto utilizado para a desinfecção dos alimentos deve ser adequadamente guardado.

