

Ungetrübte Festtage - ohne Campylobacter-Infektionen

Jedes Jahr werden die Festtage vielen Menschen durch eine Infektion mit Campylobacter-Bakterien verdorben. Meistens erkranken die Konsumentinnen und Konsumenten, weil sie nur halb durchgegartes Geflügelfleisch gegessen haben oder der Saft von rohem Geflügelfleisch mit genussfertigen Speisen in Kontakt kam.

Campylobacter-Bakterien verursachen schwere Durchfallerkrankungen mit Fieber und Krämpfen im Unterbauch. Sie sind in den letzten Jahren stark auf dem Vormarsch und haben als Nummer 1 bei den durch Lebensmittel übertragenen Infektionen schon lange die Salmonellen abgelöst.

Auf rohem Fleisch können *Campylobacter*-Bakterien lauern, ganz besonders beim Geflügelfleisch. Passt man bei der Zubereitung dieser beliebten Speisen nicht richtig auf, kann man sich deshalb leicht eine Infektion mit diesen Durchfallerregern holen.

Solche Gerichte können aber unbeschwert genossen werden, sofern man die drei folgenden, einfachen Hygieneregeln beachtet und somit werden die kulinarischen Freuden an den Festtagen nicht durch unliebsame Nachwirkungen getrübt.

RICHTIG ERHITZEN SICHERGENIESSEN.CH

- **Rosa Geflügelfleisch ist tabu**
Geflügelfleisch eignet sich nicht für den halbrohen Genuss - also dieses Fleisch nie „saignant“ geniessen. *Campylobacter*-Bakterien werden durch Hitze abgetötet, daher muss Geflügelfleisch immer vollständig durcherhitzt (=weiss) werden.

RICHTIG TRENNEN SICHERGENIESSEN.CH

- **Saft von rohem Fleisch von anderen Lebensmitteln trennen**
Rohes Fleisch und Fleischsaft können Keime enthalten. Sie dürfen nie mit genussfertigen Speisen in Kontakt kommen. Wird das Fleisch erst am Tisch zubereitet, braucht es deshalb für jede Person zusätzlich einen **separaten Teller für das rohe Fleisch**. Auch Reis und Saucen dürfen nicht im Saft des rohen Fleisches „baden“.
- **Saubere Hände, separate Schneidbretter und Messer**
Für die Zubereitung von Geflügelfleisch und anderen Lebensmitteln (z.B. Salate) separate Schneidbretter verwenden. Schneidbretter, Messer und andere Küchenutensilien nach jeder Verwendung gründlich mit Warmwasser und Reinigungsmittel waschen und an der Luft trocknen lassen oder mit sauberem Tuch oder Haushaltspapier abtrocknen. Nach dem Handhaben von rohem Fleisch auch die Hände gut waschen.

SICHER GENIESSEN SICHERGENIESSEN.CH

In diesem Sinne frohe Festtage und EN GUTE!

Elke Bönicke

Beraterin für Hygiene und Infektprävention SGSH