

冷卻方式 概要說明

食品法規要求所有烹調過，但不是作為立即食用的食品，應盡快冷卻，以排除細菌成長的可能。冷卻具潛在性危險的食品有兩種方式：兩階段方式（較好的），和單一階段方式。

- **兩階段方式** 分兩步驟來降低烹調過食品內部的溫度。第一步驟是在兩小時的準備期間之內，將溫度從攝氏 60°（華氏 135°）降低到攝氏 21°（華氏 70°），並在額外的四小時期間之內，從攝氏 21°（華氏 70°）降低到攝氏 5°（華氏 41°）或更冷。總共的冷卻時間，應該絕不超過六小時。
- **單一階段方式** 其目的是要在四小時的準備期間之內，將烹調過食品內部的溫度從攝氏 60°（華氏 135°）降低到攝氏 5°（華氏 41°）或更冷。此方式應該僅使用於當食品是由處於一般溫度的材料所配製而成的，諸如加工食品，和罐裝鮭魚等。

在決定冷卻具潛在性危險食品的最佳方式時，請記住下列的因素：

- 被冷卻食品的大小或份量；
- 食品的密度 – 肉湯比燉煮食品的密度低；還有
- 存放食品的容器 – 淺盤冷卻食品比深盤來得快。

為了使烹調過食品能快速冷卻，食品法規建議下列的方式：

- 將要冷卻的食品放在淺盤中；
- 將要冷卻的食品切分為較小或較薄的量；
- 使用快速冷卻裝備，例如‘急速冷凍機’；
- 將要冷卻的食品置於放在冰槽中的容器，並加以攪動；
- 使用容易傳熱的容器；
- 加冰塊到烹調過的食品中作為材料；或是
- 以上方式的組合。

有關食品冷卻最重要的事情是，盡快地將所有烹調過的食品降溫到攝氏 5°（華氏 41°）或更冷。無論如何，食品的冷卻時間，絕不應超過所選的冷卻方式所允許的最長時間（單一階段方式的四小時，或兩階段方式的六小時）。僅將烹調過的食品放到冰箱裡冷卻，可能不足以減少細菌生長的威脅。此外，將溫的或熱的食品放到冰箱裡，實際上可能會致使該貯存單位內的溫度升高，進而危害週遭存放食品的安全。食品經過適當的冷卻之後，也應該適當的儲存起來 – 密封，並加以標籤註明製品配製的日期。當要使用烹調過的材料來配製食品時，切記永遠要先使用較早的製品。

有關經營食品業的其它資訊，請與當地衛生局連絡。