

廚房衛生

夏英潔

壹、保持廚房安全與衛生的方法

餐飲業廚房安全與衛生關係著員工的健康及消費者飲食衛生安全，因此如何保持廚房安全與衛生，下列方法可供參考：

一、廚房儘量避免濕、熱。

(一)去熱：

1. 設置空氣補足系統，將傳統的油煙機單層不銹鋼板改為雙層，從外抽取新鮮的空氣濾過後，自油煙機四周灌下，具有隔絕的效應。
2. 團體膳食應設置瓦斯迴轉鍋，避免使用傳統鼓風爐，使得廚房高熱。
3. 小型餐廳可使用中壓爐。

(二)去濕：

1. 將明溝改為暗溝，以杜絕員工隨手倒水。
2. 菜洗淨後應有瀝乾的設施。
3. 建立地板「隨濕隨拖」的觀念。
4. 嚴禁員工越區洗滌。



廚房改善前後

- 二、建立營業場所正壓，廚房負壓之觀念，以免使廚房氣體流向營業場所，且可降低廚房溫度。
- 三、建立食品熱藏、冷藏的觀念，避免常溫保存，冷凍冷藏的容積應在百分之六十以下，以使冷媒對流。
- 四、多設立工作抬及水槽，可去除越區洗滌所造成的污染及提高員工洗手的意願。
- 五、穿戴整齊工作衣帽，頭帽以能掩蓋頭髮為佳。
- 六、處理生、熟食應使用不同砧板，避免交叉污染。
- 七、聘用具有餐飲技術士證照廚師。
- 八、建立餐飲衛生自主管理制度，每日自行檢查設施、設備及原料。

貳、廚房用具的清洗與消毒

- 一、砧板：砧板若使用不當或衛生不好，很容易引起食品間相互污染，甚致引發食物中毒。使用砧板應注意下列幾點：
 - (一)分類並標示用途：因不同來源食品所含微生物種類不同，依來源可將它分為蔬菜、水產與畜產三類，但為了避免熟食受到生鮮原料污染，最好能有四塊砧板分開處理上述食品並標示其用途。若無法達到上述要求，至少應有兩塊砧板將生鮮原料與熟食分開處理。
 - (二)宜用合成塑膠砧板切割食物，塑膠砧板雖然是質輕、易滑、但易清洗、消毒及乾燥，衛生條件較佳。
 - (三)使用後應立即清洗，每回作業後則應充

分洗淨並消毒。通常可用熱水（攝氏八十度），氯水（漂白水餘氯二〇〇 P P M）來消毒，唯氯水不可用於金屬消毒。

(四)經常消毒之砧板應側立以免底部受到調理抬面污染，若有專門貯存場所則更佳。

二、常用器皿：常用器皿有刀、鍋、杓子、鍋鏟、濾網、水壺……等。此類器皿清洗容易。使用後應先清洗再以攝氏八十度熱水浸泡二分鐘以上，並應有專門位置存放。

三、餐具：

(一)餐具使用：

1. 不銹鋼品、分食方式、公筷母匙或免洗餐具。
2. 破損者應即更換。

(二)餐具洗滌：

1. 預洗：為有效達到洗淨目的，節省洗滌劑、用水量及時間，餐具在洗滌前應做一些預洗工作。一般的預洗步驟如下：

- (1)清除餐具上的殘留菜餚（大塊污物）。
- (2)餐具分類：把相類似的餐具堆聚在一起。
- (3)擦拭或用水沖洗（最好加壓噴洗）

這樣除了去除固狀污物外亦可沖去部分殘留在餐具上的油脂性污物。

- (4)將餐具裝架或放入下一個洗滌槽。

2. 洗滌：餐具的清洗可分為人工和機器

清洗兩種，其目的地均是想得清潔衛生的餐具，而清洗的效果受下列因素影響：

- (1)清洗方法及操作是否正確。
- (2)洗滌設施與設備。
- (3)水量、溫度。
- (4)清潔劑選用的種類及使用濃度是否適當。



膳食製作示範

3. 要領：其中最重要的關鍵在於操作者是否具有正確的洗滌常識及觀念，操作的目的是在去除附著餐具表面的污物，它能減低消毒時的負擔但卻無殺菌效能。三槽式洗滌，要注意下述各點：

- (1)大略噴洗和擦拭：用蓮蓬式噴嘴的溫水迅速的噴水於餐具上，以防食物在其上變硬，保持食物顆粒漂浮，並使其鬆軟，以減低其附著於餐

具上的可能性，也可以節省一些清潔劑。

(2)洗滌：第一個隔槽的水維持在攝氏四十三度至四十九度間，這是個較費力的工作，可以利用刷子，這時使用的清洗液還沒達到衛生處理的目的。

(3)沖洗：將餐具浸於第二隔槽內的乾淨溫水中，把清潔劑沖洗掉，應以流動自來水沖洗不要用髒水來沖洗餐具。

(4)消毒：將餐具浸於攝氏八十度以上的第三隔槽熱水中至少二分鐘，此時可利用餐具籃。熱水無法獲得時，可利用有效濃度的化學衛生藥劑溶於水中。（餘氯的最低含量為二〇〇PPM）

(5)使水徐徐流出並風乾，不要使用毛巾擦拭，祇要將餐具、茶杯等置於其上，並移置於一乾燥、乾淨的地方即可。

4. 消毒：餐具清洗後需經消毒處理，其目的是確保餐具衛生以保障顧客的安全。一般的消毒方式可分物理及化學藥劑處理。我國法令規定的有效殺菌法有下列幾種：

(1)煮沸殺菌法：以溫度攝氏一百度之沸水，煮沸五分鐘以上（毛巾、抹布等）或一分鐘以上（餐具）。

(2)蒸氣殺菌法：以溫度攝氏一百度之



廚具使用示範

蒸氣，加熱時間十分鐘以上（毛巾、抹布等）或二分鐘以上（餐具）。

(3)熱水殺菌法：以溫度攝氏八十度以上之熱水，加熱時間二分鐘以上（餐具）。

(4)氯液殺菌法：氯液之餘氯不得低於百萬分之兩百（二〇〇PPM），浸入溶液中時間二分鐘以上（餐具）。

(5)乾熱殺菌法：以溫度攝氏一百一十度以上之乾熱，加熱時間三十分鐘以上（餐具）。

5. 餐具櫥：餐具櫥是放置經洗淨、消毒過餐具的地方。本身應有防止病媒侵入、灰塵污染的設施。管理原則如下：

(1)餐具櫥應以不銹鋼製。木製者孔隙多，易吸濕、沾污染物，不易清洗乾淨，易成為害蟲隱蔽場所為其最大缺點。

(2)餐具應分類存放。

(3)定期清理、消毒。

(4)保持乾燥。