**UNITAT DIDÀCTICA nº 1 . Seguretat, higiene i manipulació alimentaria**

**Curs 2015-2016**

***IESGCC1CFC***

Nom: Data:

Alteracions dels aliments.

        Un aliment, al llarg de la seva manipulació, pot alterar-se per diversess causes:

        1) **Físiques:**

\* Dessecació de la carn, peix o altres productes.

\* Pèrdua de vitamines per l'acció de la llum  a sucs, llet, etc.

\* Solidificació de l'oli i la mel, per acció del fred.

        2) **Químiques:**

 \* Formació de gasos i  acidificació a conserves.

 \* Agrament de greixos.

        3) **Biològiques:**

\* Pels propis llevats dels aliments.

\* Reblaniment de la carn, peix, verdures o fruites; per processos naturals de putrefacció.

\* Motivades per microorganismes; bacteris ,fongs, etc.

\* Motivades per l'atac d'insectes, rosegadors o animals domèstics.

Quines són les conseqüències d'aquestes alteracions?

        A) Unes d'elles baix control , poden resultar beneficioses per al consumidor. De fet sense elles no tindríem formatge, ni vi, ni pa, ni podríem conservar la carn, per exemple.

        B) Altres no modifiquen gaire aspectes del producte, com  pot ésser la solidificació de l'oli.

C) Però la gran majoria d'alteracions resulten perjudicials pels éssers humans ja que:

                1) Modifiquen el gènere de tal forma que el fan desagradable o inadequat per al seu consum: Fruites podrides o oxidades, presència de cucs o qualque altre causa de putrefacció.

                2) Redueixen el seu valor nutritiu: es perden vitamines, etc.

                3) Constitueixen un risc per a la salut: diarrees, salmonel·la, botulisme.

Com arriben el gèrmens o els cossos estranys als aliments?

**L'ésser humà pot ésser portador de una gran quantitat de gèrmens, els quals poden produir infeccions mitjançant la mala manipulació dels aliments.**

        a) Directament al xerrar, tossir, fer un esternut sobre els aliments que manipulam.

*Preg: Què  hem de fer per evitar això?*

        b) Mitjançant l'aire, la suor, la saliva, etc.

*Preg: Què  hem de fer per evitar això?*

    c) Mitjançant una mala higiene corporal: ungles brutes, pels llargs i no recollits, no rentar-se les mans després d'emprar els serveis.

*Preg: Què hem de fer per evitar això?*

        d) Mitjançant la pols o la terra acumulada a la roba de carrer.

*Preg: Què hem de fer per evitar això?*

e) Mitjançant l'aigua que empram  per netejar, els estris de cuina o la mala utilització dels llocs destinats als  fems

*Preg: Què  hem de fer per evitar això?*

f) En general, per una mala manipulació del gènere, pel que fa a : neteja, emmagatzemant, conservació, cocció, congelació, servei, ect.

Què passa quan els gèrmens arriben als aliments?

        Els organismes microscopis necessiten els mateixos nutrients i condicions de vida que els humans: aigua, una temperatura entre 34-37ºC, oxígen i els nutrients necessaris.

        Això ens dona una idea de que si limitam aquests 4 factors, protegirem més els aliments. Vegem com o podem fer:

**T  E  M  P  E  R  A  T  U  R  A**

Al baixar la temp. per davall de 34-37ºC o augmentar, es dificulta la vida del gèrmens, fins al punt de que si arriban **a 0ºC es congelen , pero no moren**, i si augmentam fins **a 100ºC ( punt d'ebullició de l'aigua) , es destrueixen la gran majoria de gèrmens**, malgrat ni ha alguns ( o les seves toxines) que precisen de més temp. per morir.

Cal a dir que com l'aigua no pot pujar a més de 100ºC ( ja que s'evapora), una temp. major es pot aconseguir amb una olla a pressió.

**A  I  G  U  A**

        L'aigua és indispensable per a la vida. Tots els aliments quan més secs més es conserven, per exemple: el cuixot salat, bacallà, etc.

        Sempre quan conservem aliments els hem d'eixugar en la mesura del possible i evitar que estiguin en contacte amb aigua o altres líquids, com per exemple la carn la penjarem perquè degoti, o el peix dins plaques amb reixes.

**N  U  T  R  I  E  N  T  S**

Quan més ric en nutrients és un aliment, més possible és que es possi dolent. Per exemple: pastissos, fruites, carn, peix.

        Per això hem d'extremar precaucions amb aquest tipus d'aliments, o jugar amb canviar el medi de vida dels gèrmens, mitjançant àcids o sals: conserves, adobs, marinats, etc.

**O  X  Í  G  E  N**

        Si no hi ha oxigen no hi ha vida, per això es  conserven millor els productes envasats al buit: llaunes, màquines de buit, etc.

        Per això si no podem evitar-lo l'hem de limitar tapant tots els aliments de forma adequada.

**10     NORMES A RECORDAR EN TOTA MANIPULACIÓ D'ALIMENTS**

**1.-Netejar-se ses mans , sempre, després d'haver utilitzat els serveis; i sempre abans de tocar qualsevol aliment:**

**Fer-ho amb sabó ( millor si te desinfectant)**

**i eixugar-se les mans amb paper d'un sol ús, *no amb un pedaç***

**2.-Emprar un roba diferent per cuinar de la que duim pel carrer. No portar polseres, anells. Les mans quan més netes millor.**

**3.-No emprar les mateixes eines per productes crus i cuinats**

**4.-Evitar fer feina davant corrents d'aire.**

**5.-Els poals de fems sempre estiran tapats i lluny dels aliments**

**6.-No tossir, esternudar, xerrar o fer gestes amb ses mans excessius, directament sobre els aliments. No tocar-se els cabells, el nas o les orelles els temps que cuinam**

**7.-Protegir-se les cremades o talls adequadament**

**8.-Respectar i vigilar les temperatures a l'hora de cuinar.**

**9.-No consumir mai productes cruus si no han passat per un procés de neteja o estilització o que no coneguem amb garanties la seva procedència.**

**10.-No oblidar aquestes màximes dins la cuina:**

***Davant el dubte fems***

***i si tu no t'ho menjaries no ho serveixis***

**ACTIVITAT:**

Pràctiques de tall i coneixement de la mice en place.

**Terminològia bàsica**

GANIVETS i ALTRES:

Puntilla

Ganivet de cop o Tallant

Ballena

Espàtula

Deshosador

Cebollero

MAQUINÀRIA

Salamandra

TÈNIQUES I PROCESSOS

Mice en place.