

نکاتی که هنگام استفاده از کنسروها باید رعایت کنید

دکترای تخصصی علوم و صنایع غذایی گفت: از مصرف قوطی کنسروهایی با سطح چرب، باد کرده، دارای نشستی و یا با ظاهر غیر نرمال و دارای کف جدا پرهیز کنید.

سعیده شجاعی علی‌آبادی درباره مصرف کنسروهای آماده مصرف مثل رب‌گوجه فرنگی، عوارض نجوشاندن کنسرو تن‌ماهی و ضرب‌دیدگی قوطی کنسرو مواردی را مطرح کرد.

وی با اشاره به اینکه رب‌گوجه فرنگی در دسته مواد غذایی اسیدی قرار دارد افزود: پس از باز شدن درب قوطی کنسرو محیط مناسبی برای رشد کپک‌ها ایجاد می‌شود.

شجاعی ادامه داد: کپک‌ها توانایی تولید توکسین‌هایی تحت عنوان مایکوتوکسین‌ها را دارند که معمولاً باعث ایجاد مسمومیت‌های مزمن بر اثر مصرف طولانی مدت غذاهای آلوده به آن‌ها می‌شوند.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی خاطرنشان کرد: در رب گوجه فرنگی رشد کپک‌ها می‌تواند باعث ایجاد مایکوتوکسین‌هایی مانند آلترناریول و پاتولین شود و از آنجایی که امکان نفوذ این ترکیبات به بخش‌هایی از رب گوجه که در آنها کپک دیده نمی‌شود وجود دارد، بنابراین توصیه می‌شود که از مصرف رب کپک زده پرهیز شود.

وی در ادامه با اشاره به اینکه کنسرو تن‌ماهی در دسته غذاهای کم اسید بوده و کنسرو کردن آن در قوطی امکان رشد باکتری کلستریدیوم بوتولینوم را فراهم می‌کند، اضافه کرد: کلستریدیوم بوتولینوم باکتری است که توانایی تولید نوروکسین بسیار سمی را دارد، البته در صنعت با انجام استریلیزاسیون تجاری در دمای بالای ۱۰۰ درجه سانتی‌گراد اسپور این باکتری و در نتیجه امکان تولید توکسین به نزدیک صفر می‌رسد، بنابراین امکان نگهداری کنسرو تن‌ماهی در دمای محیط بدون نیاز به نگهدارنده وجود خواهد داشت.

شجاعی ادامه داد: کفایت فرایند حرارتی که در صنعت تولید کنسرو تن‌ماهی اعمال می‌شود، نگرانی وجود توکسین را در قوطی کاهش داده، اما همچنان توصیه اکید این است که قبل از مصرف کنسرو ماهی را برای ۲۰

دقیقه بجوشانید.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی نگرانی اصلی را در مورد تولید بوتولیسم، تولید کنسروهای خانگی و غذاهای کم اسید عنوان کرد و گفت: به دلیل عدم کفایت فرایند حرارتی احتمال تولید توکسین در کنسروهای خانگی وجود دارد.

نحوه مصرف باقیمانده کنسرو ماهی از دیگر مواردی بود که شجاعی به آن اشاره کرد و ادامه داد: توصیه می‌شود که باقی مانده تن ماهی مصرف نشود اما در غیر این صورت، در دمای یخچال (حداکثر ۳ درجه سانتی‌گراد) و نهایتاً برای مدت سه تا چهار روز قابل نگهداری است.

وی هشدار داد: از مصرف کنسروهایی که قوطی‌های آن باد کرده، سطح چرب یا دارای نشئی دارند و یا قوطی‌هایی که ظاهر غیر نرمال و کف دار شده‌اند پرهیز کنید.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی تاکید کرد: توجه داشته باشید اگر قوطی کنسرو مشکلاتی همچون بادکردگی، چربی در سطح و یا ظاهر غیرنرمال دارد، برای دور ریختن آن هم دقت کنید، این کنسروها را در بسته‌بندی پلاستیکی و در دولایه انجام دهید و توجه داشته باشید که قوطی و محتویات آن را جدا از زباله‌های قابل بازیافت امحا کنید.