



معًا لسلامة الغذاء Together for Food Safety

التوعية بسلامة منتجات البيض



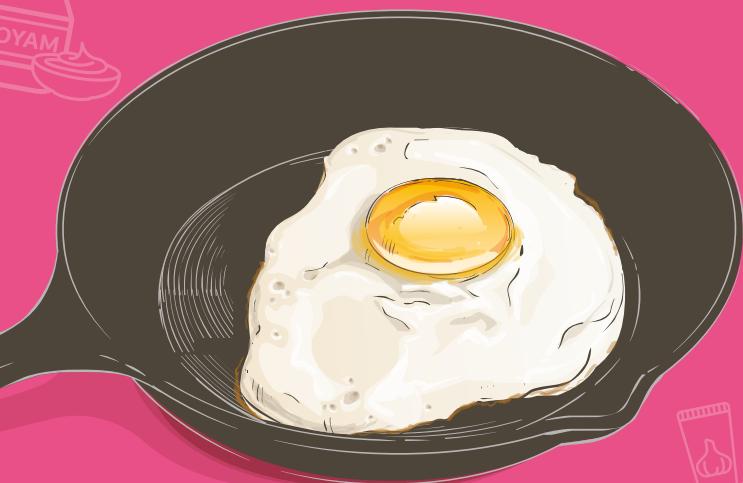


البيض هو جزء صحي ولذيذ من نظامنا الغذائي. نستطيع أن نطهوه بطرق متنوعة (مخفوق، مسلوق، بيض عيون). كما أنه عنصر أساسي في بعض الوصفات الشهية المفضلة لدينا (مثل التيراميسو، موس الشوكولاتة، الكعك، الفطائر، الكيش، المايونيز، صلصة الثوم وصلصة الهولنديز).

من المهم أن نطهو أي منتج يحتوي على البيض بشكل كامل لمنع احتمال الأمراض المنقولة عبر الغذاء. مع ذلك، ليس كل منا يحب البيض المطبوخ جيدًا، وبعض الوصفات التقليدية تتطلب استخدام البيض النيء كمكون في منتج غير مطهو جيدًا.

الحماية تبدأ من اللحظة التي تختار فيها البيض من المؤسسات الغذائية إلى أن تأكله. من المهم أن تفهم إجراءات سلامة الغذاء المرتبطة بكل خطوة من رحلة البيض إلى منزلك.

إليك الطريقة التي يمكنك من الاستمتاع أثناء تناول البيض والمنتجات المصنوعة منه للحفاظ على سلامتك والمحافظة على صحة عائلتك.

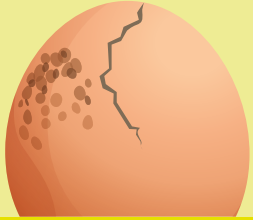


كيف يمكنني التأكد من أن البيض الذي أشتريه آمن للاستهلاك؟



تأكد من أن البيض الذي
ستشتريه مخزن في البراد
(الثلاجة) عند شرائه

تأكد من أن قشور البيض
نظيفة وغير مكسورة
أو غير متشققة



تأكد من أن البيض الذي
تشتريه طازج قدر الإمكان
وتحقق من تاريخ الإنتاج

تأكد من شراء البيض من
مصادر معتمدة وجديرة بالثقة



ماذا أفعل بعد شرائها وعندما أريد أخذها إلى المنزل؟

تأكد من حفظ البيض في مكان آمن في سيارتك حتى لا تنكسر



لا تترك البيض في سيارة غير مكيفة لفترات طويلة من الزمن

تأكد من أخذها إلى المنزل في أسرع وقت ممكن لمنع الحرارة من التأثير عليها

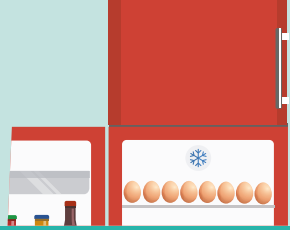


ما هي النصائح التي يجب مراعاتها عندما أريد تخزين البيض في المنزل؟



قم بتخزين البيض على الفور في ثلاجة نظيفة
على درجة حرارة تقرب من 4 درجات مئوية أو أقل

تأكد من تخزينها في أبرد جزء
من الثلاجة (في الرف العلوي)

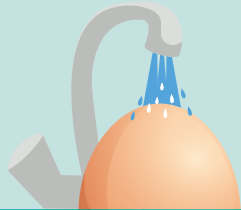


3-4 أيام



قم بتبريد البيض المطبوخ وتأكد
من استهلاكه خلال 3 إلى 4 أيام

يُفضل عدم غسل البيض
قبل الاستخدام



نظف وعقم أسطح التحضير بشكل
صحيح قبل وبعد استعمال البيض

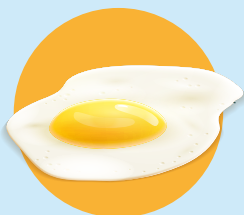
عند طبخ البيض

تأكد من غسل يديك جيدًا
قبل وبعد استخدام البيض



البيض المطبوخ جيدًا آمن للأكل

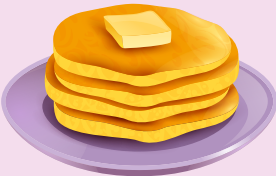
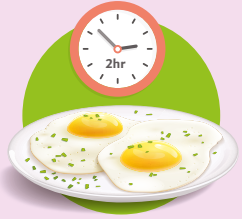
من المستحسن أن يتم طهي البيض
(المقلي أو المخفوق أو المسلوق)
حتى يصبح كل من الصفار والبياض
ثابتًا ليتم التخلص من البكتيريا الضارة





يجب أن تستخدم البيض المبستر في الوصفات التي تحتوي على البيض النيئ مثل موس الشوكولاتة وصلصة السيذر للسلطة والمايونيز المصنوع منزليًا والتيراميسو البيض المبستر. إذا قررت استخدام البيض الكامل لنفس الوصفات السابقة يجب التأكد من استهلاكه مباشرة في اليوم نفسه

لا تترك البيض المطبوخ خارج الثلاجة لأكثر من ساعتين إلا إذا وضع تحت سطح ساخن



تأكد من تنظيف أدوات الطعام وأسطح التحضير بشكل جيد بعد استخدام البيض ومنتجات البيض

ماهي الأعراض التي قد تصيبنا نتيجة استخدام البيض بطريقة غير صحيحة؟

قد تظهر أعراض المرض بعد تناول الطعام الملوث من 6 إلى 48 ساعة



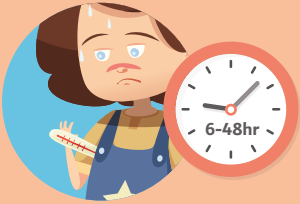
تشمل الأعراض الإسهال والحمى وآلام المعدة

إذا استمرت الأعراض أو ازدادت سوءًا فقد تحتاج إلى زيارة الطبيب



يُرجى الانتباه لكبار السن والأطفال لأنهم الأكثر عرضة للإصابة وذلك لضعف المناعة لديهم

What are the signs that I may have gotten sick from mishandling of egg products?



Symptoms of sickness may appear 6-48 hours after eating the contaminated food

Symptoms include diarrhoea, fever and stomach ache

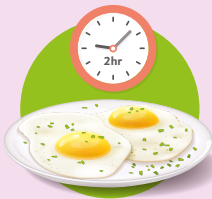


If your symptoms persist or worsen you may visit your doctor

The elderly, children and people with weakened immune systems are more likely to get sick

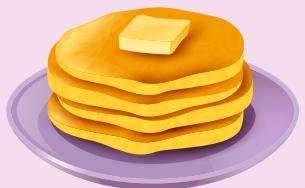


Recipes containing raw eggs, such as chocolate mousse, Caesar sauce, home-made mayonnaise, tiramisu and pasteurized eggs, should be used. If you decide to use normal eggs, be sure to consume the same day



Never leave cooked eggs outside for more than 2 hours

Clean kitchen utensils and counters after handling eggs and egg products

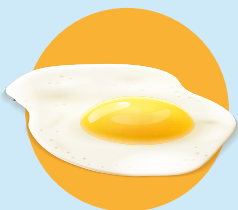


When cooking them



Wash your hands thoroughly before and after handling the eggs

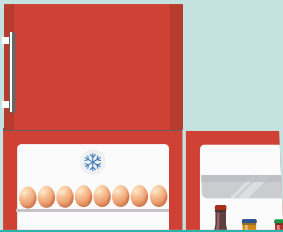
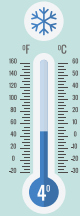
Hard cooked eggs are safe to eat for everyone



It is recommended that eggs are cooked until both the yolk and whites are firm

What advice should I keep in mind when I want to store my eggs at home?

Store promptly in a clean refrigerator at a temperature of approximately 4 degree Celsius or below



Store them in the coldest part of the refrigerator

Refrigerate and consume any food cooked with eggs within 3-4 days



Do not wash eggs because you remove the protective coating

Clean your kitchen counter before and after use

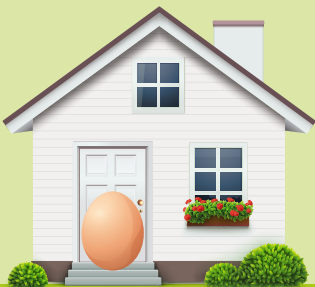


What about after I buy them & want to take them home?



Ensure that you store the eggs in a safe place in your car so that they don't break

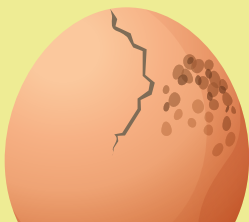
Do not leave them in a car that is not air conditioned for long periods of time



Take eggs home quickly to prevent heat from affecting them

How do I make sure the eggs I buy are safe?

Always Buy Well Refrigerated Eggs



Don't Buy Dirty and Cracked Eggs

Check Date of Production for Maximum Freshness



Buy Eggs from Trustworthy Sources

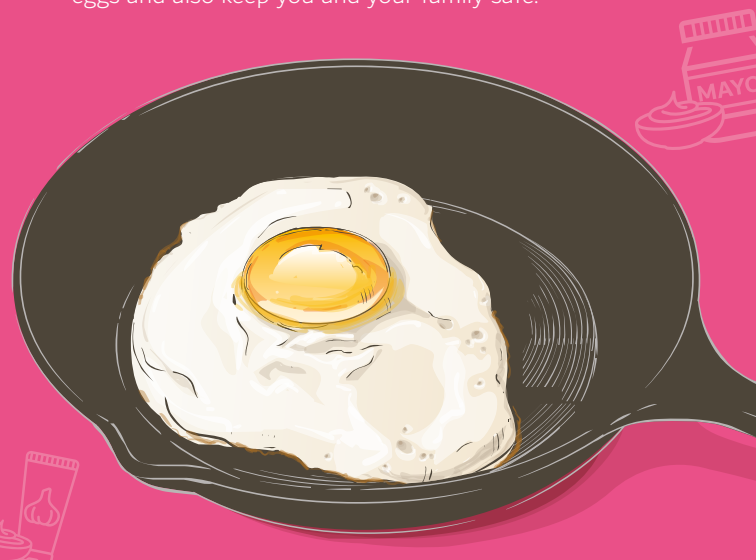


Eggs are a healthy and tasty part of our diet. We cook them in a variety of ways (scrambled, boiled, poached and sunny side up). They are also a main ingredient in some of our favourite tasty recipes (such as tiramisu, chocolate mousse, cakes, pancakes, quiches, mayonnaise, garlic paste and Hollandaise sauce)

It is important that we fully cook any products that contain eggs to prevent the possibility of any foodborne illnesses. However, not all of us like the eggs well cooked, and some of the traditional recipes require raw eggs to be used as an ingredient in a product that is not well cooked.

Prevention starts from the moment you choose your eggs at the supermarket, until you eat them. It is vital that you understand the safety procedures associated with every step of the egg journey to your home.

Here is how you can enjoy eggs and products made with eggs and also keep you and your family safe.





معًا لسلامة الغذاء Together for Food Safety

Egg Product Safety Awareness