



Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu



South-Eastern Finland
University of Applied Sciences

**PLEASE NOTE! THIS IS A PARALLEL PUBLISHED VERSION /
SELF-ARCHIVED VERSION OF THE ORIGINAL ARTICLE**

This is an electronic reprint of the original article.

This version may differ from the original in pagination and typographic detail.

Author(s): Pajari-Seppänen, Hanna

Title: Valmistetaanko sinun keittiössäsi turvallista ruokaa?

Version: Final draft

Please cite the original version:

Pajari-Seppänen, H. (2020). Valmistetaanko sinun keittiössäsi turvallista ruokaa? Aromi, online publication.

[URL](#)

HUOM! TÄMÄ ON RINNAKKAISTALLENNE

Rinnakkaistallennettu versio voi erota alkuperäisestä julkaisusta sivunumeroiltaan ja ilmeeltään.

Tekijä(t): Pajari-Seppänen, Hanna

Otsikko: Valmistetaanko sinun keittiössäsi turvallista ruokaa?

Versio: Final draft

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Pajari-Seppänen, H. (2020). Valmistetaanko sinun keittiössäsi turvallista ruokaa? Aromi, verkkopublication.

[URL](#)

Valmistetaanko sinun keittiössäsi turvallista ruokaa?

Euroopassa elää tällä hetkellä 17 miljoonaa ruoka-allergista. Erilaiset ruoka-aineallergiat ja yliherkkyydet ovat tavallisia. Turvallinen ruokailu mahdollistetaan ihmisten yhteistyöllä.

Ruoka-allergiat työllistävät monia ihmisiä ruokapalvelualalla. Ruokapalvelualan, sen kaikkien toimijoiden, on jatkuvasti oltava erittäin huolellisia kaikissa ruoantuotannon ja ruoanjakelun eri vaiheissa, jotta ihmisille voidaan tarjota turvallinen ateria.

Erityisruokavalioiden turvallisuus on ollut uutisotsikoissa. Syyskuussa 2020 Yle uutisoi kolmen lapsen joutuneen hengenvaaraan syötyään vääränlaista ruokaa. Allergisen ihmisen elimistön puolustusmekanismit toimivat toisin kuin ihmisen, jolla ei ole allergiaa. Kun allergisen ihmisen elimistöön pääsee ruoka-ainetta, jonka elimistö tulkitsee vieraaksi aineeksi, alkaa allergisen ihmisen elimistö puolustautua. Anafylaksia on sairaalahoitoa vaativa allergian aiheuttama, äkillinen, hengenvaarallinen reaktio elimistössä. Ihmiset valmistavat ja jakavat ruoan ja erehdyksiä voi sattua. Jokaisen ruoan kanssa toimijan on varmistettava ruoan sopivuus asiakkaalle.

Korkeatasoista turvallisuuden varmistamista

Tarjottavista ruoka-aineista ja ruoista on oltava saatavilla aineosaluettelo. Elintarvikkeiden tuotetiedot on ilmoitettava ruoantuotannon ja jakelun kaikissa vaiheissa. Oikeat tuotetiedot takaavat turvallisen ruoanvalmistuksen. Kun kaikki ruoka-aineet ovat tiedossa, on ruoan tarjoaminen asiakkaille yksilölliset ruokavaliotarpeet huomioiden turvallista. EU:n määrittelemät 14 allergiaa ja intoleransseja aiheuttavaa aineosaa on ilmoitettava korostetusti esimerkiksi lihavoimalla teksti tuotetiedoista. Tiedot on löydettävä läheltä ruokaa tai niiden on oltava helposti henkilökunnan saatavilla asiakkaan niitä kysyessä. Tiedot elintarvikkeista ja ruoka-aineista tulisi olla myös näkövammaisten saatavilla.

Elintarvikkeista on kerrottava asianmukaista eli oikeaa tietoa, kirjoitetaan Euroopan parlamentin ja neuvoston asetuksessa N:o 1169 vuodelta 2011, joka määrää elintarviketietojen antamisesta kuluttajille. Tämä asetus koskee kaikkia ruokatuotteita, joita ihmisille tarjotaan ansainta mielessä. Asetuksessa painotetaan turvallisia ja terveellisiä elintarvikkeita. Myös elintarvikkeiden terveellisyys kuluttajille on varmistettava. Ravintoarvotietojen merkitseminen on vapaaehtoista, paitsi jos esitetään elintarvikkeeseen liittyvä ravitsemusväite.

Suomessa ruoan turvallisuudesta säädetään erilaisten lakien kautta. Suomessa elintarvikealalla työskenteleviltä, jotka työskentelevät elintarvikehuoneistossa ja käsittelevät pakkaamattomia, helposti pilaantuvia elintarvikkeita vaaditaan hygieniapassi. Hygieniapassin tarkoitus on edistää elintarvikeeturvallisuutta. Koulutuksen avulla pyritään varmistamaan ruokaa käsittelevien ihmisten ammattitaito. Tällä hetkellä meillä ei ole lakia, joka vaatii elintarvikealan toimijalta alan ammatillista koulutusta. Elintarvikealan toimijaksi voi ryhtyä kuka tahansa. Elintarvikealan toimijoiden toimintaa seurataan

elintarvikevalvontaviranomaisten tekemillä tarkastuksilla. Tarkastustulokset ovat julkisia ja luettavissa oivahymy.fi –sivustolla.

Miten varmistat turvallisen ruoan?

Ruoanvalmistuksessa on katsottava tarkasti, mitä ruokaan laitettavat raaka-aineet sisältävät. Tiesitkin varmaan, että esimerkiksi Worcesterkastike sisältää kalaa, Aromatmaustesuola sisältää laktoosia ja selleriä. Entä tiesitkö, että kypsytetyissä juustoissa voi olla lysosyymi-entsyymiä (E1105), joka on melkein aina valmistettu kananmunasta.

On todella tärkeää, että ne jotka valmistavat ja jakavat ruoan asiakkaille tarkistavat, mitä ruoka ja sen eri aineosat sisältävät. Tämän takia kaikki ruokaohjeeseen tehdyt muutokset ja lisäykset kirjoitetaan muistiin. Näin voidaan varmistaa, että oikeasti tiedetään, mitä ruoka pitää sisällään. Pienikin asia on tärkeä turvallisuuden varmistamiseksi.

Hyvä tapa on koota kaikki ruokaohjeet ja tuoteselosteet ruokalistan yhteyteen omaan kansioon. Kansio voi olla myös digitaalisessa muodossa. Kansiossa voi olla jokaiselle viikonpäivälle oma välilehti tai alakansio. Kaikkien pakkausten tuoteselosteet säästetään niin kauan kuin tuotetta on myynnissä. Esimerkiksi, jos käytetään raakapakastetuotteita, tuoteselosteetetaan talteen.

Älä itse pilaa ruokaa

Vältä kontaminoituminen eli ristiin saastuminen ruoanvalmistuksen ja tarjoilun kaikissa vaiheissa. Varmista varastoinnin ja kylmäsäilytyksen aikana, että pakkaukset ovat kiinni ja niihin ei pääse sekoittumaan muita aineita. Valmista tuotteet aina puhtailla koneilla, välineillä ja astioilla. Pelkkä vedellä huuhtelu ei riitä esimerkiksi leikkuulaudan ja veitsen pesemiseen. Tarvitaan myös pesuainetta.

Liedellä voi olla kiehumassa monta pientä kattilaa tai uunissa useampi GN-astia. Astioissa yhdessä kiehuu esimerkiksi maidoton kastike, toisessa gluteeniton kastike ja kolmannessa joku muu erityisruokavaliio. Lisäksi keitetään erilaisia pastoja esim. gluteenitonta pastaa. On todella tärkeää, että huolehditaan ruokien merkitsemisestä koko valmistusprosessin ajan niin että kaikki tietävät, mitä missäkin astiassa on. Tuotteiden merkitsemiseen soveltuvat hyvin tussit, liimalaput, pyykkipojat ja valmiiksi printatut tarralaput. Jokaista ruokaa sekoitetaan eri työvälineellä. Samalla kauhalla ei sekoiteta eri astioita. Kannet pidetään kiinni, ettei tuotteisiin pääse putoamaan mitään ylimääräistä.

Tarjoilussa on suositeltavaa, että ruoka annetaan asiakkaalle suoraan keittiöstä ja näin varmistetaan, ettei ruoka pääse kontaminoitumaan esimerkiksi linjastossa. Jos ruoka lähetetään tarjottavaksi jonnekin muualle, on astiaan selkeästi merkittävä, mitä ruoka sisältää. Astia on suljettava tiiviisti kuljetuksen ajaksi. Ruoanjakelussa on käytettävä jokaiselle ruokavaliolle omia ottimia. Astioiden kannet pidetään suljettuina ja avataan vain, kun niistä otetaan ruokaa. Keliakia asiakkaalle on oltava oman leivän lisäksi oma levite, mikä on pidettävä peitettynä ja erillään muista leivistä ja levitteistä koko ajan.

Hyvää palvelua on varmistaa ruoan soveltuvuus asiakkaalle huomaamattomasti. Ei niin kuin allekirjoittanut työuransa alussa. Huusin kassalta keittiöön:” Täällä olisi nyt tämä

munaton poika!”. Sen jälkeen piti miettiä, mitä tuli sanotuksi ja anteeksipyyntökin esittää. Helpompi on monesti kysyä, mitä asiakas saa syödä kuin mitä hän ei voi syödä. Asiakasta kannattaa kuunnella ja luottaa asiakkaan antamaan tietoon. Hyvää ja turvallista ruokailua!

14 allergeenia tulostettavissa täältä 14 allergeenia tulostettavissa täältä

https://www.allergia.fi/site/assets/files/1438/aia_allergeenit_297x420_web_2603-2020.pdf

Teksti: Hanna Pajari-Seppänen

Kirjoittaja toimii Ruokahävikki kuriin Kaakkois-Suomen maaseudun ruokapalveluyrityksissä –hankkeen TKI-asiantuntijana ja on Ruokaviraston hygieniapassitestaaja. Hanke toteutetaan ajalla 1.1.2020 – 31.12.2021. Rahoittajana on Kaakkois-Suomen ELY-keskus, Euroopan maaseudun kehittämisen maatalousrahastosta 100 % rahoitusosuudella. Toteutuksesta vastaavat Xamk sekä Aikuiskoulutus Taitaja.