***6 odporúčaní, ako zvýšiť hygienu prevádzky aj v čase korony od šéfkuchára spoločnosti METRO***

Bratislava (23.04. 2020) – **Pandémia koronavírusu výrazne obmedzila fungovanie HoReCa segmentu aj na Slovensku. Nádej podnikateľom v gastronómii dáva vízia postupného uvoľňovania opatrení, avšak situácia reštaurácií zostáva naďalej zložitá. Správne zásady pri spracovaní surovín a varení sú dôležité z hľadiska zdravia zákazníkov vybavovaných v súčasnosti najmä formou donášky alebo osobného odberu. Šéfkuchár spoločnosti METRO a prezident Slovenského zväzu kuchárov a cukrárov (SZKC), Vojto Artz, prináša niekoľko hygienických odporúčaní, ktoré by už dnes mali byť samozrejmosťou vo všetkých profesionálnych kuchyniach.**

1. **Myslite na čistotu pracovného oblečenia a pracovných pomôcok**

Ku kontaminácii môže prísť kdekoľvek na ceste do práce. Zamedzte šíreniu prípadnej nákazy tak, že súkromné oblečenie a obuv oddelíte od toho pracovného. Pomáha to udržiavať nízke riziko prenosu. Neopúšťajte pracovisko v pracovnom odeve a majte možnosť výmeny v prípade jeho znečistenia. Rizikom môžu byť aj šperky ako hodinky či prstene. Odložte ich a prípadne dezinfikujte.

1. **Umývajte a dezinfikujte všetko okolo seba, dbajte na hygienu**

To, že bez umytých rúk do kuchyne nevstúpite, by malo byť samozrejmosťou. Ruky si tiež umývajte po vybalení tovaru, pred prípravou jedla, po kontakte so surovou zeleninou, ovocím, mäsom, pred jedlom i po jedle. Ruky si vždy umývajte mydlom, ideálne umiestnenom v bezdotykovom dávkovači.

Rany a poranenia na pokožke tela a tváre si dezinfikujte a zakryte náplasťou. Rany a ranky vyčistite v prvom rade vodou a mydlom. Ak máte  k dispozícii, tak použite peroxid vodíka. V prípade núdze dezinfikujte čistými pitnými destilátmi – ,,bielymi alkoholmi“.

Na povrchy, podlahy a na čistenie odevov používajte prostriedky na báze chlóru. Nezabudnite pri tom na kľučky dverí, spínače svetiel, splachovače toaliet, samotné dvierka chladničky, všetky úchytky, vodovodný kohútik, ovládanie sporáku, mikrovlnky, umývačky či digestora. Prípravok nechajte na povrchoch pôsobiť aspoň 5 minút. I keď nie je potvrdené, že by sa nový koronavírus prenášal potravinami, vieme, že na mnohých povrchoch dokáže prežiť relatívne dlhé obdobie.

Jednou z najvyužívanejších častí každej kuchyne je umývadlo. V kuchynskom umývadle oplachujeme nielen riad, ale aj mäso alebo niektoré znečistené  potraviny. Preto by sme mu mali venovať patričnú pozornosť. Ideálne je, ak máme v kuchyni niekoľko umývadiel na to určených (podľa HACCP). Každý deň by sme ich mali niekoľkokrát umyť minimálne prostriedkom na umývanie kuchynských pomôcok a dezinfikovať ich.

„Do kuchyne patrí iba to, čo je na jej chod skutočne potrebné. Žiadne prázdne nádoby alebo škatule niekde v kúte, treba ich okamžite zlikvidovať. Dôležité je vyčistiť a dezinfikovať pracovisko ihneď po spracovaní či nakrájaní surovín, dovarení a podobne. Okamžité čistenie zabraňuje tvorbe baktérií a prenosu nákazy. Čistiace a dezinfekčné pomôcky ukladajte na bezpečnom mieste, aby sa zabránilo kontaktu s potravinami,“ radí šéfkuchár spoločnosti METRO, Vojto Artz.

1. **Naučte sa fungovať bezkontaktne**

Naše prevádzky sa zmenili na výdajne a nebude tomu inak ani po prvých fázach uvoľnenia opatrení. Ak sa chcú zákazníci vyhnúť akémukoľvek kontaktu, môžu si objednať bezkontaktné doručenie jedla. Stačí, ak zaplatia vopred platobnou kartou a dohodnú sa telefonicky s kuriérom ešte pred prevzatím, aby objednávku nechal napríklad aj pred dverami. Zákazníci majú možnosť využiť donášku jedál prostredníctvom automatickej bezkontaktnej služby (napr. Bistro, Wolt, Menučka, Domajedz) alebo využiť priamu objednávku cez telefón s osobným odberom a bezkontaktnou platbou.

1. **Používajte správne nástroje**

V kuchyniach sa musia používať rôzne dosky na spracovanie a prípravu rôznych surovín alebo hotových jedál. Sú farebne odlíšené. Je dôležité ich správne používať, aby sa predišlo kontaminácii. Po ukončení činnosti je potrebné ich ihneď umyť a dezinfikovať. Neukladajte ich na seba, ale najlepšie do stojanu, aby sa nedostali do vzájomného kontaktu. Nekrájajte tým istým nožom surové potraviny a niečo, čo sa už nebude tepelne spracovávať. Veľmi dôležité je to najmä pri krájaní mäsa, keďže tak môžete prenášať rizikové vírusy a baktérie. Dobrý kuchár má niekoľko druhov nožov určených na rôzne suroviny a úpravy. Po skončení práce nôž dezinfikujte a odložte na bezpečné miesto.

Pri kuchynskej hygiene je dôležité udržiavať čisté nielen všetky pracovné pomôcky, ale aj všetky ostatné praktické veci. To sa týka najmä utierok, hubiek na riad a handričiek na utieranie pultu. Keď sa nevymieňajú dostatočne často, tak sa v nich ukladajú baktérie, ktoré prenášajú choroby. „Ideálne je používať jednorazové papierové utierky, ktoré po použití ihneď vyhodíte. Ak predsa len používate plátenné utierky, dávajte pozor, aby neboli vlhké a nepremnožili sa v nich plesne. Pre zmysluplné čistenie a zabezpečenie maximálnej hygieny sú, samozrejme, čisté handry a utierky základom. Vymieňajte ich niekoľkokrát denne a perte na 90°C,“ dodáva šéfkuchár spoločnosti METRO.

Veľmi rizikové sú aj smeti, v ktorých sa množia neželané baktérie. Stačí len otvoriť poklop koša rukou. Ideálne je odpad z pripravovaného jedla minimalizovať v zmysle princípov “zero waste” a zvyšok separovať podľa druhu do mís alebo vreciek, ktoré potom naraz vyhodíte. Následne si umyte ruky. Prípadne si zadovážte kôš so šľapákom, ktorý stlačíte nohou a nemusíte sa dotýkať ničoho špinavého.

1. **Nezabúdajte na správne skladovanie a spracovanie potravín**

„Kľúčom všetkého je používanie zdravých a bezchybných potravín. Nielen počas leta, ale aj počas epidémií, si dajte záležať na ich správnom skladovaní, aby tak nevznikla nákaza či infekcia. Náchylné potraviny ako mäso či ryby baľte, vákuujte, dávajte hneď do chladničky alebo čím skôr spracujte. Kontrolujte  teplotu, sledujte dátum spotreby a dôverujte svojim vnemom. Umyte chladničku a dezinfikujte (aspoň octom). Okrem toho dodržiavajte správne rozmiestnenie potravín v jednotlivých poličkách,“ radí Vojto Artz.

Buďte opatrní  pri opätovnom skladovaní mäsa. Keď ho už raz rozmrazíte, mali by ste ho čo najskôr spracovať a už ho nevracať  do mrazničky. V opačnom prípade môžete zaniesť baktérie i na ostatné veci. Mäso a ryby podľa správnosti odmrazujte pomaly v chladničke vždy oddelene, ideálne pri 4-5°C. Odmrazenú vodu odstráňte.

Rýchlo sa kaziace potraviny dobre vychlaďte a rýchlo spracujte. Rizikový tovar skladujte oddelene. Potraviny skladujte v chladiarenskom sklade alebo sklade. Po odbalení dôkladne umyte pod tečúcou studenou vodou a osušte papierovou utierkou. Potraviny dostatočne zohrejte, aby ste usmrtili potenciálne baktérie. Aj keď jedlo udržiavate v teple, nemali by ste klesnúť pod 65 °C, pretože najnebezpečnejšie prostredie je medzi 15 a 55 °C. Na rýchle schladzovanie môžete použiť ,,šoker´´, ak je k dispozícii. Používajte správne technologické postupy a teploty, aby ste suroviny nielen správne spracovali a upravili, ale ich aj dostatočne dlho varili a zničili tak prípadné škodliviny.

1. **Osveta a preškolenie personálu**

Napriek tomu, že sa denne okolo nás objavuje množstvo informácií ohľadom pandémie a boja s ňou, tak krátke a cielené školenie personálu je extrémne užitočné a oplatí sa. Stačí si len prejsť a osvojiť hygienické opatrenia a poctivo ich dodržiavať.

„Myslite na dodržiavanie pravidiel aj pri  kontakte s dodávateľom či so zákazníkom. Dodržiavajte hygienu a noste ochranné pomôcky ako sú pracovné čapice, jednorazové rukavice a rúška, ktoré nosíme naozaj zodpovedne a čoraz častejšie sa stávajú aj módnym doplnkom,“ uzatvára Vojto Artz.

**Pre viac informácií, prosím, kontaktujte:**

Marcela Danišová – AMI Communications Slovakia

E-mail: marcela.danisova@amic.sk, Tel. č.: +421 944 714 974

\* \* \* \* \* \*

*METRO je popredná medzinárodná veľkoobchodná spoločnosť s potravinovým a nepotravinovým sortimentom, ktorá sa špecializuje na uspokojovanie potrieb hotelov, reštaurácií a stravovacích zariadení (HoReCa), ako aj nezávislých obchodníkov. Po celom svete má spoločnosť METRO približne 16 miliónov zákazníkov, ktorí si môžu vybrať, či nakupujú v jednom z veľkoformátových obchodov, objednávajú online a vyzdvihujú svoje nákupy v obchode alebo si ich nechávajú dodať. METRO okrem toho tiež podporuje konkurencieschopnosť podnikateľov a vlastných podnikov pomocou digitálnych riešení, a tým prispieva ku kultúrnej rozmanitosti v maloobchode a pohostinstve. Udržateľnosť je kľúčovým pilierom podnikania spoločnosti METRO. Spoločnosť METRO je európskym lídrom v indexe udržateľnosti Dow Jones. Spoločnosť pôsobí v 34 krajinách a zamestnáva viac ako 100 000 ľudí na celom svete. Vo finančnom roku 2018/19 dosiahla spoločnosť METRO obrat 27,1 miliárd EUR. V októbri 2019 podpísala spoločnosť METRO AG dohodu o predaji väčšinového podielu v spoločnosti METRO China. V septembri 2018 METRO začala proces odpredaja potravinového reťazca Real so svojimi 34 000 zamestnancami. Viac informácií nájdete na www.metroag.de.*

V Slovenskej republike patrí do siete METRO Cash & Carry SR šesť veľkoobchodných centier pre podnikateľov. Široká ponuka tovaru, prevádzková výkonnosť, vyspelá logistika, priame nákupy vo veľkých objemoch, ale tiež služba Distribúcia, teda dovozu tovaru zákazníkom priamo do prevádzok umožňujú spoločnosti METRO predávať tovar za najvýhodnejšie veľkoobchodné ceny. METRO sa na Slovensku orientuje predovšetkým na tri skupiny profesionálnych zákazníkov – na oblasť HoReCa, maloobchod a malé až stredné firmy, ktoré podporuje okrem širokej ponuky tovaru aj nadštandardnými službami na mieru. Aktívne podporuje alianciu maloobchodných predajní Môj obchod, ktorá v súčasnosti spája 500 lokálnych predajcov  po celom Slovensku. Viac na [*www.metro.sk*](http://www.metro.sk/) alebo [*www.facebook.com/metro.sk*](http://www.facebook.com/metro.sk).