



Avonturenhuis

Handleiding Centrale keuken

Inleiding

Welkom in de centrale keuken van het Avonturenhuis. Je kunt hier beschikken over een professioneel ingerichte keuken waarmee gekookt kan worden voor grote groepen tot 100 personen.

De keuken is ingericht zodat meerdere groepen gezamenlijk (tegelijk) kunnen koken. Overleg met de kookploeg van de andere groep(en) welk gedeelte van de keuken je wilt gaan gebruiken. Het linker gedeelte is geschikt om rolstoel gebonden personen deel te laten nemen aan het kookproces.

- **Inleiding**
- **Inventaris**
- **Indeling**
- **Opstarten keuken**
- **Gebruik apparatuur**
- **Schoonmaak**
- **Voedselveiligheid**



Handleiding Centrale keuken

Deze keuken beschikt over de volgende materialen. Ontbreekt er iets? Gaat iets stuk? Neem dan direct contact op met onze medewerkers voor vervanging.

Tip:

Alle materialen en servies zijn vaatwasser bestendig; gebruik de vaatwasser die naast de keuken staat. Dat bespaart meer energie dan met de hand afwassen.

Algemeen

- Magnetron
- Bakplaat
- Frituurpan (zelf voor olie zorgen)
- 2 losse verrijdbare werkbanken
- 2 koelwerkbanken
- 2 spoel/wasbakken met warm/koud water
- 1 water(zwenk) kraan bij kookplaten
- 2 bain-marie wagens
- 2 Steamers (Ovens)
- 2 Keramische kookplaat, 4-vlaks
- 1 Keramische kookplaat, 2-vlaks
- 1 Koelcel met rekken
- 1 Vrieskast, dubbel deurs
- 2 afvalbakken
- 2 frituurbakken vergiet
- 1 groot vergiet
- 1 rvs zeef
- 1 passeerzeef
- 1 rvs grote koekenpan
- 1 maatkan klein
- 200 dienbladen groot
- 25 dienbladen klein
- 4 x 1/2 secco laag
- 9 x steamer rek
- 1 x seccobak stoom hoog
- 1 x seccobak stoom laag
- 1 x seccobak laag 1/1
- 5 x seccobak hoog 1/1
- Doorschuif vaatwasmachine met voorspoelkraan
- 2 verrijdbare afvalbakken in afwaskeuken
- Diverse rekken voor vaat

Handleiding Centrale keuken

Linker gedeelte

- 50 mok groen
- 50 bord
- 50 schaaltes dessert
- 20 soepkommen
- 10 vierkant klein zwart
- 6 vierkant groot zwart
- 50 mes
- 50 vork
- 50 lepels
- 1 schaar
- 1 blikopener
- 1 kurkentrekker
- 3 tangen
- 3 gardes
- 2 broodmessen
- 1 stamper
- 1 slalepel
- 3 opschep
- 1 koekenpan
- 1 schuimspaan
- 1 soeplepel
- 2 gele thee thermoskannen
- 2 zwarte koffie thermoskannen
- 1 koelbank
- 1 wasbak
- 1 vleesvork
- 2 aardappelmesjes
- 1 flesopener
- 1 koffiemachine bravilor
- 1 waterkoker

Rechter gedeelte

- 50 mok geel/oranje
- 50 bord
- 50 schaaltes dessert
- 20 soepkommen
- 10 vierkant klein wit
- 6 vierkant groot wit
- 50 mes
- 50 vork
- 50 lepels
- 1 schaar
- 1 blikopener
- 1 kurkentrekker
- 3 tangen
- 3 gardes
- 2 broodmessen
- 1 stamper
- 1 slalepel
- 3 opschep
- 1 koekenpan
- 1 schuimspaan
- 1 soeplepel
- 2 gele thee thermoskannen
- 2 zwarte koffie thermoskannen
- 1 koelbank
- 1 wasbak
- 1 vleesvork
- 2 aardappelmesjes
- 1 flesopener
- 1 koffiemachine bravilor
- 1 waterkoker

Plattegrond keuken





Opstarten Keuken

Verlichting

De verlichting van de keuken kun je rechts van de ingang vinden. De verlichting in de spoelkeuken gaat automatisch aan en uit.

Ventilatie

De afzuig en inblaas moet altijd aanstaan bij gebruik van de keuken om kookluchtjes binnen de keuken te houden. Je vindt deze meteen rechts in de keuken. Zorg dat naast de afzuiginstallatie ook altijd de inblaas installatie aanstaat, anders creëer je een vacuüm in de keuken. De ventilatie kan naar behoefte ingesteld worden.

Koel en vriesinstallatie

Kijk of de koelcel en de vriezer is ingeschakeld als je hier gebuikt van wilt maken. Iedere helft van de keuken beschikt ook over een koelwerkbank om eten op te slaan voor het koken. Deze zijn meestal uitgeschakeld als deze niet worden gebruikt. Schakel deze dus in.

Controle inventaris

Controleer bij ingebruikname of de inventaris compleet is en of de apparatuur in goede staat is. (zie inventarislijst) Meld vermissing en beschadigingen meteen bij de servicestaf zodat je niet zelf na afloop voor de kosten opdraait.

Overleg medegebruikers

Als er ook andere gebruikers in het avonturenhuis zijn maak je samen gebruik van de keuken. Overleg vooraf met de andere groep(en) hoe en wanneer je van de keuken gebruik wilt maken. Overleg ook over de indeling van de koelingen en vriezer. Zet de naam van jouw groep op de boodschappen. Voor kampeerders zijn er koelkasten bij de receptie beschikbaar.

Vaatwasser

Je kunt gebruik maken van de vaatwasser. Deze heeft een opwarmtijd nodig. Aanzetten: Kijk of de waterkraan open staat. Controleer of de overlooppijp en het filter juist is geplaatst. Zet de machine aan met de "On-off" knop. De machine wordt nu automatisch gevuld en opgewarmd. Als de machine en boiler de juiste temperatuur heeft bereikt gaat het controlelampje uit en is de machine klaar voor gebruik. (zie verder gebruik vaatwasser)

Afval

We denken bij het Scoutinglandgoed ook aan het milieu. We scheiden dus afval in karton, glas, plastic en restafval. Lever deze in bij ons milieuplein. Batterijen lever je in bij de servicestaf.

Handleiding Centrale keuken

Gebruik keukenapparatuur

Magnetron 2100 watt

Deze magnetron heeft een hoog vermogen van 2100 watt

1. Kies met de draaiknop de tijd (max 30 minuten)
2. Kies uit een van de 4 standen van het vermogen:
100% 2100 watt
50% 1050 watt
20% 420 watt
10% 210 watt (ontdooien)
3. Druk op de STARTknop om het verwarmen te starten.

Het opwarmproces wordt onderbroken als de deur wordt geopend en wordt vervolgd als de deur weer gesloten is en de STARTknop weer wordt ingedrukt.

Meer informatie op <https://www.gebruikershandleiding.com/Sharp-R-25-AM/preview-handleiding-204631.html>



Bakplaat

De bakplaat heeft twee verwarmingselementen met een thermostatische regeling van 75° tot 290°

Verwarm de bakplaat voor op de gewenste warme en braad het gewenste gerecht aan. Eventueel kan het gerecht verder doorgegaard worden in de oven.

Braadvet kan worden opgevangen in het lekbakje.

TIP! Vergeet het lekbakje niet schoon te maken.

Frituurpan

De frituurpan beschikt over een inhoud van 12 liter.

Er moet zelf voor frituurolie gezorgd worden en de frituur moet na gebruik ook weer leeg worden opgeleverd.

Vul de pan met ongeveer 12 liter frituurolie en schakel de temperatuur in op 175 graden. Laat na gebruik de olie afkoelen en giet deze terug in de verpakking. (NIET IN DE GOOTSTEEN OF CONTAINER!)

TIP! De afgewerkte frituurolie voer je zelf af en kun je dus niet achterlaten op het Scoutinglandgoed.



Handleiding Centrale keuken

Keramische kookplaat

De keuken beschikt over 2 Keramische kookplaten met 4 kookvlakken en 1 Keramische kookplaat met 2 kookvlakken.

Gebruik voor de keramische kookplaten alleen pannen die geschikt zijn voor keramisch koken. De aanwezige pannen zijn hiervoor geschikt maar mogen niet op een gasbrander gebruikt worden. Stel de temperatuur per kookvlak in. Zet de pannen met beleid op de glazen kookplaat!

TIP! Om onnodige krassen te voorkomen is het handig om de bodem van de pan even af te nemen voordat je ze op de kookplaat zet.



Combisteamers

De keuken beschikt over 2 professionele combisteamers met ongekende mogelijkheden, Een Rational SelfCookingCenter , een computer gestuurde oven met ingebouwde recepturen en een Rational CombiMasterPlus Dit zijn ovens waarmee je kunt bakken,(hete lucht), koken/stomen (stoom) en braden/regenereren (combinatie hete lucht en stoom). Bij de servicestaf is een uitgebreide handleiding beschikbaar of download deze op <https://www.rational-webshop.nl/nl/handleidingen>:

Hieronder een verkorte handleiding voor de CombiMasterPlus, de Rational SelfCookingcenter werkt ongeveer hetzelfde maar heeft een uitgebreide menu structuur waarbij je ook van te voren geprogrammeerde gerechten kunt kiezen:

Handleiding Centrale keuken



Werkwijze 'stoom'

In de bedrijfsmodus „Stoom“ produceert de stoomgenerator hygiënische verse stoom. U kunt de ovenruimtetemperatuur tussen **30 °C en 130 °C** instellen.

Bereidingswijzen: stomen, stoven, blancheren, trekken, wellen, koken onder hoge druk, ontdooien, conserveren

Stap	Info/toets	Beschrijving
1		Kies de werkwijze 'stoom'.
2		Draai om voor te verwarmen de keuzeschakelaar helemaal naar links tot de aanslag. Op het display verschijnt 'PrEH'. Het einde van het voorverwarmen wordt gesignaleerd door een geluidssignaal en 'LoAd' op het display.
3		Stel de gewenste temperatuur in. Standaardwaarde is kooktemperatuur.
4		Druk op de toets om de bereidingstijd in te stellen.
5		Stel de gewenste bereidingstijd in. bijv. 1 uur en 6 min. Voor continubedrijf draait u de keuzeschakelaar rechtersom tot aan de aanslag.
4		Of druk als alternatief op de toets 'kerntemperatuur' en stel de gewenste kerntemperatuur in.
5		Selecteer de gewenste kerntemperatuur.

Handleiding Centrale keuken



Werkwijze 'hete lucht'

In de bedrijfsmodus „Hete lucht“ verhitten krachtige verwarmingselementen de droge lucht. U kunt de ovenruimtetemperatuur tussen **30°C en 300°C** instellen. De vochtigheid in de bereidingsruimte kunt u desgewenst beperken.

Bereidingswijzen: bakken, braden, grillen, frituren, gratineren, glaceren.

Stap	Info/toets	Beschrijving
1		Kies de werkwijze 'hete lucht'.
2		Draai om voor te verwarmen de keuzeschakelaar helemaal naar links tot aan de aanslag. Op het display verschijnt 'PrEH'. Het einde van het voorverwarmen wordt gesignaleerd door een geluidssignaal en 'LoAd' op het display.
3		Stel de gewenste temperatuur in.
4		Kies de gewenste vochtigheid in de bereidingsruimte of werk met de voorinstelling.
5		Druk op de toets om de bereidingstijd in te stellen.
6		Stel de gewenste bereidingstijd in, bijv. 35 minuten. Voor continubedrijf draait u de keuzeschakelaar rechtsom tot aan de aanslag.
5		Of druk als alternatief op de toets 'kerntemperatuur' en stel de gewenste kerntemperatuur in.
6		Selecteer de gewenste kerntemperatuur.


Handleiding Centrale keuken



Werkwijze 'combinatie'

De beide bereidingsmedia „Stoom“ en „Hete lucht“ worden met elkaar gecombineerd. Deze combinatie zorgt voor een vochtig-warm klimaat in de oven voor een bijzonder intensieve bereiding. U kunt de ovenruimtetemperatuur tussen **30°C en 300°C** instellen. Het klimaat in de bereidingsruimte kunt u naar wens instellen.

Bereidingswijzen: Braden, bakken, Finishing®.

Stap	Info/toets	Beschrijving
1		Kies de werkwijze 'combinatie'.
2		Draai om voor te verwarmen de keuzeschakelaar helemaal naar links tot aan de aanslag. Op het display verschijnt 'PrEH'. Het einde van het voorverwarmen wordt gesignaleerd door een geluidssignaal en 'LoAd' op het display.
3		Stel de gewenste temperatuur in.
4		Kies de gewenste vochtigheid van de bereidingsruimte of werk met de voorinstelling.
5		Druk op de toets om de bereidingstijd in te stellen.
6		Stel de gewenste bereidingstijd in. Voor continubedrijf draait u de keuzeschakelaar rechtsom tot aan de aanslag.
5		Of druk als alternatief op de toets 'kerntemperatuur' en stel de gewenste kerntemperatuur in.
6		Selecteer de gewenste kerntemperatuur.

Handleiding Centrale keuken

Bravilor koffieapparaat & waterkoker

Met het Bravilor koffieapparaat kun je snel kannen koffie zetten. Korffilters worden geleverd door het Scoutinglandgoed. Koffie, thee, suiker moet zelf meegenomen worden.

1. Verwarm het apparaat voor tot het lampje uit gaat
2. Vul het korf filter met grof gemalen koffie, ongeveer 50 gram koffie per liter water.
3. Zet de lege kan onder het filter en vul het apparaat met een kan koud water

De waterkoker hoeven we niet uit te leggen. Er zijn 2 koffiekannen (zwart) en 2 theekannen (geel) beschikbaar per keukengedeelte. Gebruik deze ook waarvoor ze bedoeld zijn. Voor een enkel kopje koffie is (komt) er een koffieautomaat beschikbaar bij de receptie.

TIP! Er zijn themoskannen voor koffie (zwarte dop) en thee (gele dop); je bespaart energie door na het zetten van koffie en of thee, gebruik te maken van de thermoskannen.

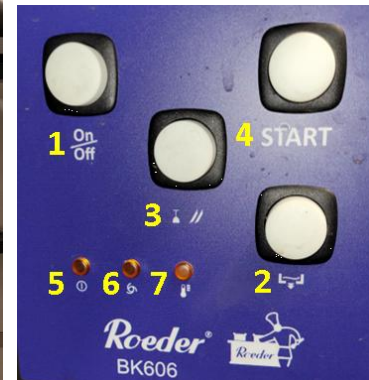
Bain-mariewagen/warmhoud rechaud

Er zijn per keukendeel 1 bain-marie wagen beschikbaar om eten in gastronormbakken warm te houden en voor uitgifte. Vul de bain-mariewagen met heet water en sluit deze aan op een stopcontact. Controleer of het water niet verdampt en het eten voldoende warm blijft (zie hoofdstuk voedselveiligheid)

Het rechaud kan gebruikt worden om een pannetje soep of saus warm te houden.

TIP! Het vullen kun je het beste doen met warm water en voldoende water; als je de wagens aanzet, dek dan de bovenkant af. Dan verdampt er minder water en blijft het beter op temperatuur.

Vaatwasser



Aanzetten

Schakel de hoofdschakelaar in, open de kraan buiten de machine.

- Controleer of de overloopbeveiliging en het filter aanwezig is.
- Druk op de ON/OFF (1) toets, het controlelampje INSCHAKELING (5) gaat branden.
- Als de bak leeg is, wordt de machine automatisch gevuld als ze wordt aangezet.
- Als de bak vol is, begint de verwarming. Het controlelampje VERWARMING (7) gaat branden.
- Als de bak en de boiler de ingestelde temperaturen bereiken, gaat het controlelampje uit en is de machine klaar.

Afwasprogramma

- Gebruik het juiste rek en vul het zonder het te overbelasten en stapel de vaat niet op.
- **Spoel de vaat altijd eerst voor.** Zet geen vaat in de automaat met ingedroogde en harde resten.
- Zet lege bakken omgekeerd in het rek. Zet borden en dergelijke in het ervoor bestemde rek, met de bovenkant naar voren. Zet het bestek in de daarvoor bestemde blauwe rekjes met de handgrepen naar beneden.
- Was de vaat meteen na gebruik af, om te voorkomen dat etensresten hard worden en aancoeken.
- Vul het rek in de machine en doe de deur dicht.
- Kies de geschikte vaatafwastijd via de schakelaar TIJDKEUZE (3): bij ingedrukte schakelaar start een korte cyclus (60 sec.) om niet erge vuile vaat of glazen af te wassen, terwijl er bij losgelaten knop een lange cyclus (120 sec.) wordt gestart, die geschikt is voor de afwas.
- Om de cyclus te starten, hoeft nu maar op START (4) te worden gedrukt. Het bijbehorende controlelampje CYCLUS (6) knippert en de cyclus begint.
- Na de cyclus gaat het controlelampje uit en kan het vaatwerk uit de vaatwasser worden gehaald. Voor de daaropvolgende cycli hoeft enkel de kap te worden gesloten en het wassen begint automatisch

Handleiding Centrale keuken

- Als de knop START (4) niet wordt ingedrukt, wordt het wassen niet gestart
- Om het vaatwerk snel te drogen, wordt aangeraden het rek uit de vaatwasser te halen, zodra de cyclus is afgelopen
- Als de machine enige tijd niet wordt gebruikt zet dan de START schakelaar (4) op uit en doe de kap dicht zodat het waswater niet afkoelt en er energie bespaart wordt.

Uitdoen machine

Druk op de ON/OFF (1) toets, en alle controlelampjes op het bedieningspaneel gaan uit.

Het ingebouwde filter verwijderen

1. Zet de machine uit.
2. Zet de sproeiarms zodanig dat ze een rechthoek vormen met de rand van de deur.
3. Til iedere filterhelft aan de bijbehorende handgreep op.



De machine legen

Machines met afvoerpomp

- Zet de machine uit en neem de overloopbeveiliging weg.
- Na de deur weer te hebben gesloten, drukt u op de knop INSCHAKELING AFVOERPOMP (2) tot u merkt dat de machine met pompen is begonnen: het controlelampje CYCLUS (6) knippert .
- Na het uitpompen, gaat de machine uit. Verwijder het filter van de bak indien nodig en maak hem schoon

Zeep en Spoelglans

Zeep en Spoelglans wordt automatisch gedoseerd. Waarschuw de servicestaf indien de zeep of spoelglans op is.

Koelingen/Vriezer

De grote koelkast en vriescel staat meestal aan. De koelwerkbanken kunnen indien gewenst aangezet worden als deze gebruikt worden. Overleg met andere gebruikers welke koelwerkbank of gedeelte van de koelcel/vriezer je gebruikt.

Als de koelwerkbank/vriezer buiten gebruik zijn deze met een kier open laten staan zodat deze gelucht worden en er geen schimmelvorming kan optreden.

TIP! Bij vertrek is het de bedoeling dat alle levensmiddelen uit de koelingen meegenomen worden.



Schoonmaak

Uiteraard werk je in de keuken hygiënisch en laat je de keuken ook weer netjes en schoon achter. Het schoonmaken van de keuken kan ook afgekocht worden. Ook kunnen er kosten in rekening worden gebracht als de keuken onvoldoende schoon wordt afgeleverd bij vertrek.

Schoonmaakmateriaal is beschikbaar bij de servicestaf.

- Afwassen en opruimen van alle keukenmaterialen, bestek en serviesgoed
- Schoonmaken van de keramische kookplaten met zachte schuurspons (geen staalsponsgebruiken i.v.m. krassen)
- Schoonmaken van de bakplaat en legen van het vetopvangbakje
- Schoonmaken van de ovens/magnetron
- Schoonmaken/leggen van de friteuse (indien gebruikt)
- Het afnemen van de bovenzijde van het aanrecht en werkbladen
- Het reinigen van de gootstenen
- Het afnemen van de buitenzijde keukenkastjes, koelwerkbanken en wanden
- Rekken afzuigkap door de vaatwasser halen.
- Uitzetten en schoonmaken van de vaatwasser en de bijbehorende spoelbanken
- Het stofzuigen/vegen van de vloer
- Het moppen/schrobben/droogtrekken van de vloer
- Schoonsoelen van de afvoerputjes/roosters met schoon water
- Het legen van de vuilnisbakken
- Leeghalen en schoonmaken van de koelwerkbank/koelcel/vriezer (geen etenswaren in achterlaten!)

Zet na gebruik de afzuig en inblaasventilatie uit en doe het licht uit. Het licht in de spoelkeuken gaat automatisch uit.



Voedselveiligheid

Veiligheid is een ruim begrip: we hebben het over invriezen en ontdooien, tips & tricks over hoe en hoe lang je eten mag bewaren, en hoe je best met water omspringt.

Koelen en warmen

Hoge temperaturen

Bacteriën zijn gevoelig voor hoge temperaturen. Hierbij is het belangrijk dat levensmiddelen verhit worden tot in de kern, tot 70°C. Vooral gevogelte en gehakt moet je goed doorbakken. Een mogelijk alternatief is om frikandellen, kipfilets, worst of gehakt voor spaghettisaus al gegaard aan te kopen (vers of diepvries).

Temperatuur beheersen

Om te vermijden dat micro-organismen zich ongeremd vermenigvuldigen, is een goede temperatuurbepersing noodzakelijk. Alle temperaturen tussen 7°C en 65°C laten de groei van bacteriën toe.

Gebruik bijvoorbeeld een thermometer om de temperatuur van koelkast (maximum 7°C) en diepvriezer (-18°C) te controleren.

Zorg ervoor dat de temperatuur van warm te houden gerechten steeds hoger is dan 65°C.

De koudeketen

Respecteer de koudeketen. Koop diepvrieswaren en gekoelde waren altijd als laatste aan en maak geen ommetje op weg naar de kampplaats. In de zomer zijn koelboxen, koelelementen, koelzakken of zelfs koelwagens geen overbodige luxe.

Invriezen

Wat je zelf invriest, is meestal slecht ingevroren omdat het te langzaam gaat. Daardoor worden grote kristallen gevormd die de cellen van het voedsel beschadigen. Zelf invriezen is vooral geschikt voor soepgroenten (prei, selder).

Ontdooien

Denk eraan dat grote stukken of pakken vlees een lange ontdooiperiode vragen. Ontdooien moet bovendien in de koelkast gebeuren. Je kunt ook een microgolfoven gebruiken als het snel moet gaan. Het dooiwater smijt je best zo snel mogelijk weg.

Eens ontdooid, altijd ontdooid

Vries een ontdooid product nooit opnieuw in. Er kunnen zich intussen immers schadelijke micro-organismen gevormd hebben en die worden niet onschadelijk gemaakt in de diepvriezer.

Handleiding Centrale keuken

De koelkast

Je hebt niet altijd een echte koelkast nodig. Een koele ruimte, zoals een kelder of een koelkoffer kunnen een heleboel producten vers houden. Een echte koelkast is aangewezen voor verse melk, vlees en vis.

Bewaar vlees en vis bovenaan in de koelkast, want dat is de koelste plaats.

Plaats zuivelproducten in het midden en leg groenten en fruit onderaan.

Houd de verschillende voedingswaren zo veel mogelijk gescheiden.

Plaats er zeker geen warme producten in.

Plaats je koelkast (en diepvriezer) op een koele plaats (niet in de zon of naast gasbekkens). Zo verbruik je minder energie.

Bewaren

Houdbaarheidsdatum en verpakking

Koop geen producten waarvan de houdbaarheidsdatum al overschreden is. Ook producten waarvan de verpakking open, vervormd of beschadigd is, laat je best liggen. Kijk uit met giften van sponsors, die soms beperkt houdbaar zijn.

Vacuüm trekken

Bestellingen van grote hoeveelheden vlees kun je vacuüm laten trekken. Dat vergemakkelijkt het transport en komt, indien voldoende koel gehouden, de voedselveiligheid ten goede. Vraag ernaar bij de slager of het grootwarenhuis.

Controleer wat je op voorhand aankoopt

Droge producten en voedingsmiddelen die sterk gesuikerd, gezuurd of gezouten zijn, zijn veel minder vatbaar voor bacteriën. Zo kun je voedsel in glas of in blik, drank, suiker, rijst, bloem, deegwaren en kruiden op voorhand kopen en meenemen op kamp.

De 'twee-uren-regel'

Zorg ervoor dat bederfbare voedingswaren niet langer dan twee uur in de 'gevaarlijke' temperatuurzone (tussen 7 en 65 °C) blijven en stop ze daarna zo vlug mogelijk in de koelkast. Wat je niet opeet binnen de twee dagen vries je beter meteen in.

Licht, lucht en vocht

Licht, lucht en vocht bevorderen voedselbederf. Open koelkast, koelruimte en diepvriezer daarom zo weinig mogelijk.

Zuivelproducten

Zuivelproducten (melk, yoghurt, boter, kaas,...) verdienen speciale aandacht. Laat ze niet te lang op tafel staan en open niet te veel producten tegelijk. Je kunt bijvoorbeeld de datum noteren op geopende verpakkingen die kunnen vervallen.

Handleiding Centrale keuken

Hoe bewaren?

Voedselrestjes plaats je in een schoon bord of pot, liefst afgesloten met een deksel. Bewaar ze niet in de ketel waarin ze werden bereid of op de schotel waarmee ze werden opgediend. Grote hoeveelheden voedsel verdeel je in kleine porties en leg je in schotels die maximum vijf centimeter diep zijn, zodat ze sneller afkoelen.

Hygiëne

Schone handen

Was je handen voor je voedingswaren aanraakt en nadat je rauwe voedingswaren hebt aangeraakt, en uiteraard na elk bezoek aan het toilet en na het snuiten van de neus. Dat lijkt vanzelfsprekend maar het wordt vaak vergeten.

Keukenmateriaal

Vervang regelmatig de keukenhanddoeken, vaatdoeken of sponsjes, zeker in de zomerperiode.

Tussentijdse reiniging

Voorkom kruisbesmetting. Gebruik voor verhitte bereidingen nooit dezelfde snijplanken, messen en schotels die voordien in contact zijn geweest met rauwe producten. Je moet ze eerst grondig reinigen met warm water.

Soorten besmetting

Voedselvergiftiging ontstaat door het eten van voedsel dat werd besmet met ziektekiemen of gifstoffen. Er zijn twee mogelijke bronnen van besmetting.

Afscheidingsproducten van bacteriën

Soms is voedsel besmet met een bacterie die zich kan vermenigvuldigen in een vochtige omgeving bij bepaalde temperaturen. Daarbij produceert die bacterie gifstoffen. Dat is bijvoorbeeld het geval met *Stafylococcus*. Je kunt het vergif niet vernietigen door verhitting. In het algemeen bestaan de klachten uit misselijkheid, plotselinge buikkrampen, overgeven en diarree.

Bacteriën zelf

Wanneer bacteriën zich vermeerderen in voedsel, kunnen ze zelf de oorzaak zijn van de besmetting. Beruchte voorbeelden zijn *Salmonella* en *Listeria*. Vooral op rauw vlees en gevogelte zitten vaak bacteriën die voedselvergiftiging kunnen veroorzaken.

Hoe vergiftiging vermijden?

Je kunt het risico sterk verminderen door het voedsel voldoende te verhitten. Niet alleen vlees, maar ook schotels, dooiwater, de handen van de bereider, enzovoort kunnen besmetting veroorzaken.

Ook rauwe groenten kunnen besmet zijn. Een droge omgeving, zout, zuur en zoet kunnen ervoor zorgen dat bacteriën zich niet vermenigvuldigen.



Avonturenhuis

Handleiding Centrale keuken

Wanneer je het voedsel in de koelkast bewaart, rem je de ontwikkeling van bacteriën weliswaar af, maar sterven doen ze niet. Ook bij het invriezen blijven ze sluimeren in het voedsel. Alleen bij verhitting tot minstens 60°Celsius gaan ze dood. Dat kan door koken, bakken of braden.

<https://www.rivm.nl/hygienerichtlijnen/kampeergelegenheden>