OP 4.1 Online training to guesthouse owners and food processing women

In the framework of enhancing and fostering quality standards of food products, and overlook the guesthouses traditional menu setting and food safety measures during cooking in local guesthouses, the selected agro-food expert had prepared a 1st training session to local guesthouse owners and food processing women. The training entitled "Food safety and good manufacturing practices in guesthouses" mainly tackled the following subjects:

1- Food safety definition,

2- Types and origins of food pollutants,

3- Factors affecting bacterial and microbial growth in food,

4- Steps to avoid food poisoning.

Due to Covid-19 pandemic and lockdown in the country, the training was done online on Zoom platform. But due to technical issues, many could not join the online workshop, so the training was recorded and will be disseminated to each targeted person. The training duration was around 2 hours. The participants were Christelle Salameh, the food expert, APJM team (ecotourism manager, agro-food supervisors, and project manager), and local women from Jabal Moussa surrounding villages:

- Rita Keyrouz, Hoda Nader and Kounayna Kallasi (guesthouse owners)
- Roula Souaid and Eliane Nader (agro-food producers)

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

CROSSDEV

Cultural Routes for Sustainable Social and Economic Development in Mediterranean

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

دورة تدريبية حول سلامة الغذاء و ممارسات التصنيع الجيدة في بيوت الضيافة

د. كريستيل سلامه
دكتور في التصنيع الغذائي
Christellesalameh@hotmail.com

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

محتوى الدورة

1. تعريف سلامة الغذاء
2. انواع الملوثات الغذائية
3. مصادر تلوث الغذاء
4. العوامل المؤثرة على نمو البكتيريا والجراثيم في الأغذية
5. الخطوات الاربعة لتجنب التسمم الغذائي

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

ما هي سلامة الغذاء؟

جميع الممارسات والعمليات التي نقوم بها اللازمة لإنتاج طعام غير ضار بصحة الإنسان

طعام خال من الملوثات

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

ماذا نعني بطعام ملوّث؟

وما هي انواع الملوثات الغذائية؟

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

ما هي الملوثات الغذائية ؟

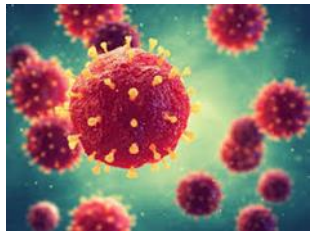
كيميائية

انواع الملوثات

فيزيائية

بيولوجية

جراثيم (بكتيريا، فطريات، فيروس...)



JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

سؤال

ما هي المشاكل التي تسبّبها هذه الملوثات الغذائية للانسان؟

تسمّم غذائي و التهاب في الجهاز الهضمي

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

اهمّية سلامة الغذاء

- **حماية الانسان** من الأمراض المنقولة عن طريق الغذاء (التسمّم الغذائي)

بعض الأحيان قد تكون مميتة

- **بعد تناول الطعام الملوث بفترة تتراوح من 12 إلى 72 ساعة (في بعض الاحيان تظهر بعد 2-3 ساعات)**

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

اهمّية سلامة الغذاء

الأشخاص الأكثر عرضة

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

سؤال

- هل يسبّب الطعام الملوث **التسمّم الغذائي** دائما ؟

اين يكمن الضرر ان وجدنا حلي او حجر او شعر في صحن تبولة؟

اين يكمن الضرر في حال لم نلتزم بالوقت والحرارة المناسبتين لتصنيع نوع من الحلوى؟

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

- لماذا يجب حماية الاطعمة من الملوثات، بالرغم من أنها لا تسبّب دائما التسمّم الغذائي؟

فساد الغذاء

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

جودة الغذاء

أن تكون مواصفات الغذاء مرغوبة للمستهلك

(لون – طعم – رائحة – قوام)

الأرباح المادية

سلامة الغذاء

أن يكون الغذاء سليماً، بدون ملوثات

JABAL MOUSSA
جبل موسى

سمعة المؤسسة

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

مصادر تلوث الغذاء

الانسان

الأسطح والأدوات الملامسة للغذاء

الهواء والغبار

الملوثات

النبات

المياه

الحيوانات، القوارض والحشرات

التربة

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

بعض الامثلة عن مسببات التسمّم الغذائي/ فساد الاطعمة

عدم احترام قواعد النظافة الشخصية

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

مطبخ غير نظيف

التلوث التبادلي

اواني غير نظيفة

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

تخزين خاطىء للطعام

عدم تغطية الطعام بشكل محكم

JABAL MOUSSA
جبل موسى

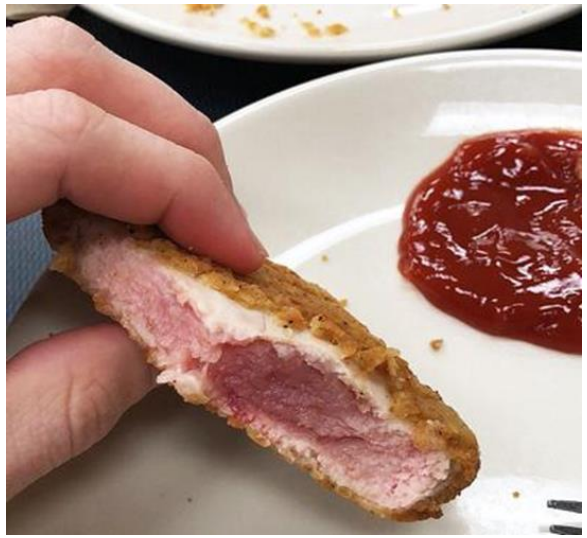
ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

عدم احترام الحرارة/ الوقت المناسبين الطهي



عدم تبريد الطعام بسرعة

JABAL MOUSSA
جبل موسى

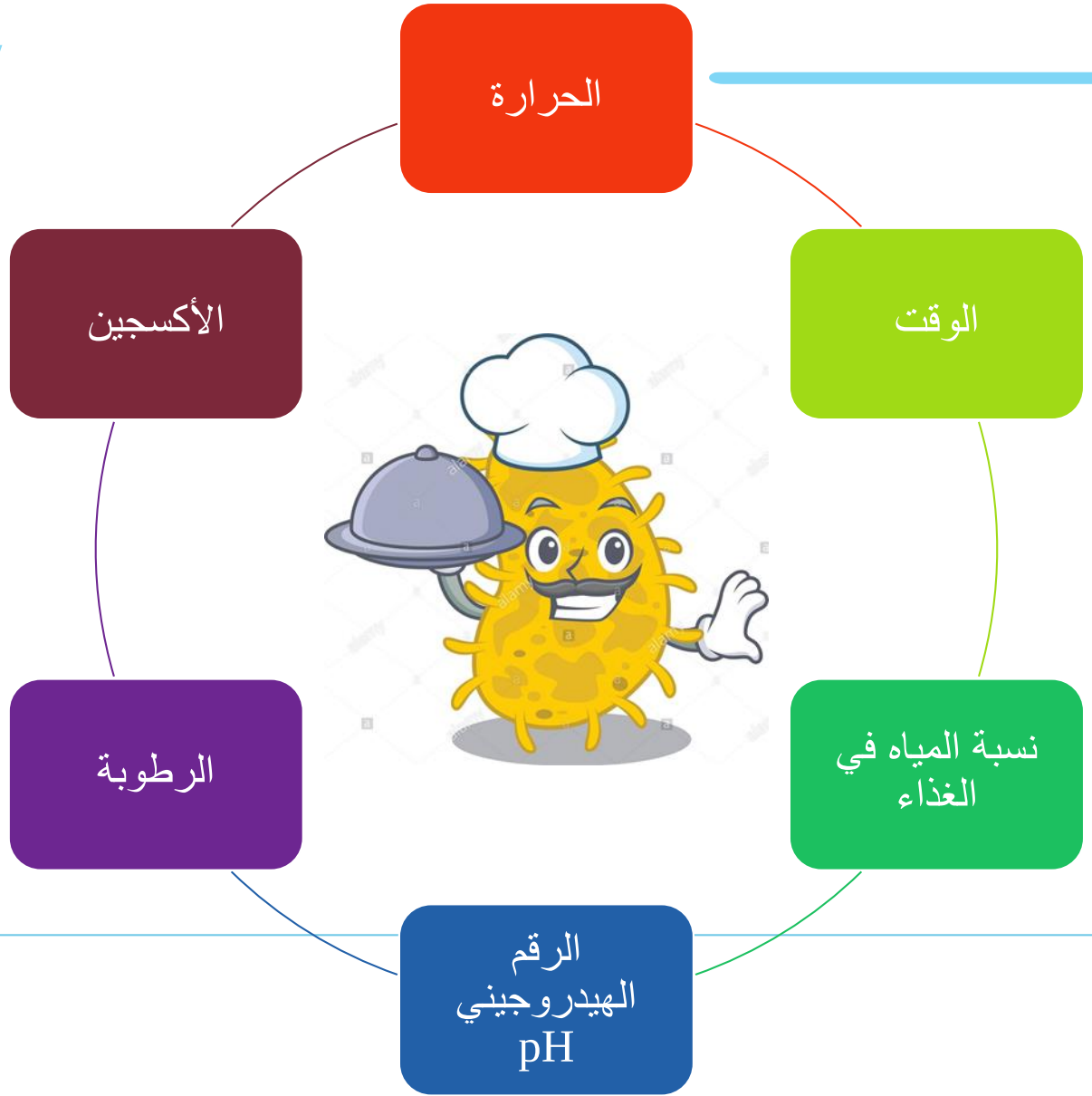
ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

ما هي العوامل المؤثرة على نمو البكتيريا والجراثيم في الأغذية؟



JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

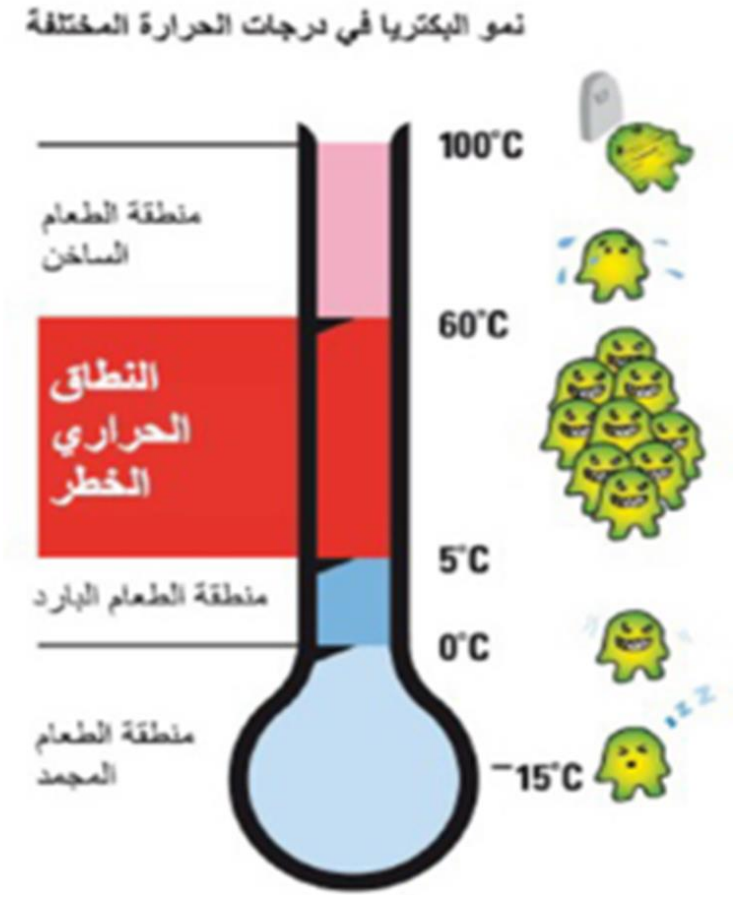
Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

الحرارة

- تنمو الجراثيم في الغذاء في درجات حرارة تتراوح بين 5 و 60 درجة مئوية
- تسمّى هذه المنطقة ذات درجات الحرارة المناسبة لنمو البكتيريا في الوسط الغذائي "النطاق الحراري الخطر"



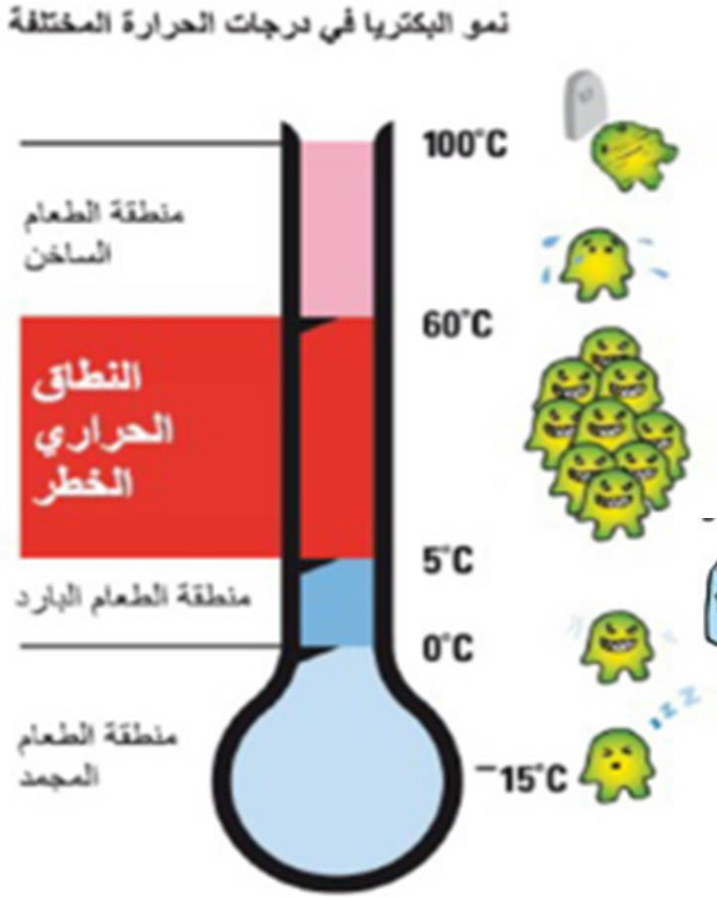
JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV



الحرارة المرتفعة تقتل البكتيريا والجراثيم

الحرارة الباردة تبطىء تكاثر الجراثيم (البراد)

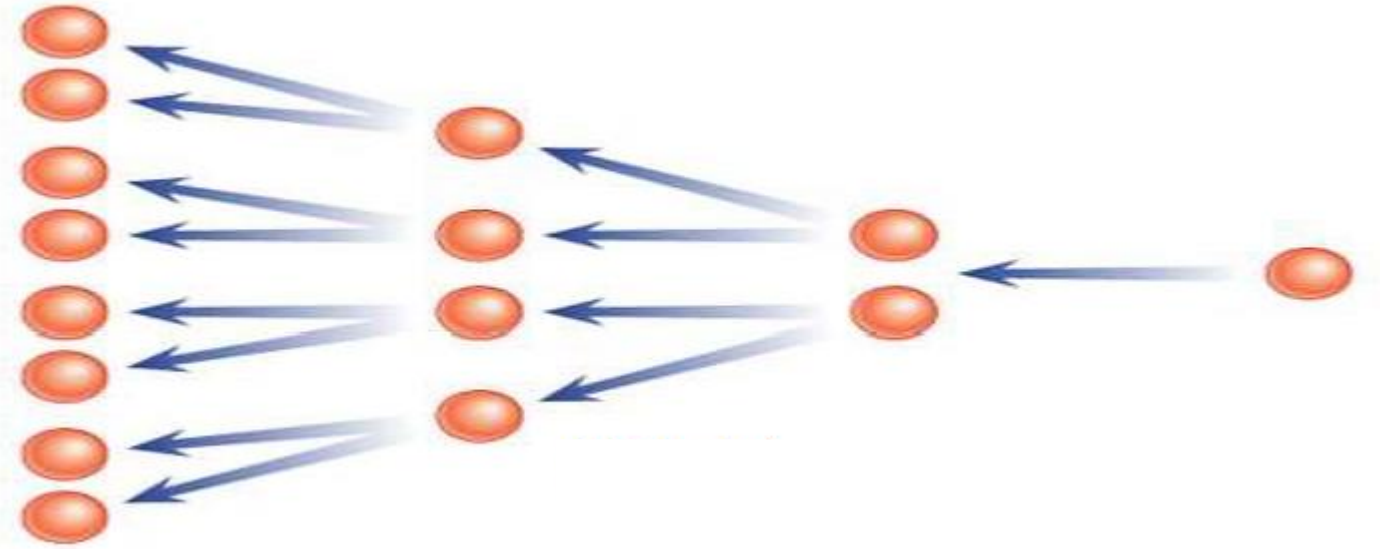
الحرارة الباردة توقف تكاثر الجراثيم (الثلاجة)

JABAL MOUSSA جبل موسى

الوقت

- **يتضاعف عدد الجراثيم كل 20 دقيقة**

✓ مثلا: خليّة بكتيرية واحدة تتكاثر خلال 6 ساعات لتعطينا 262,144 خليّة



ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

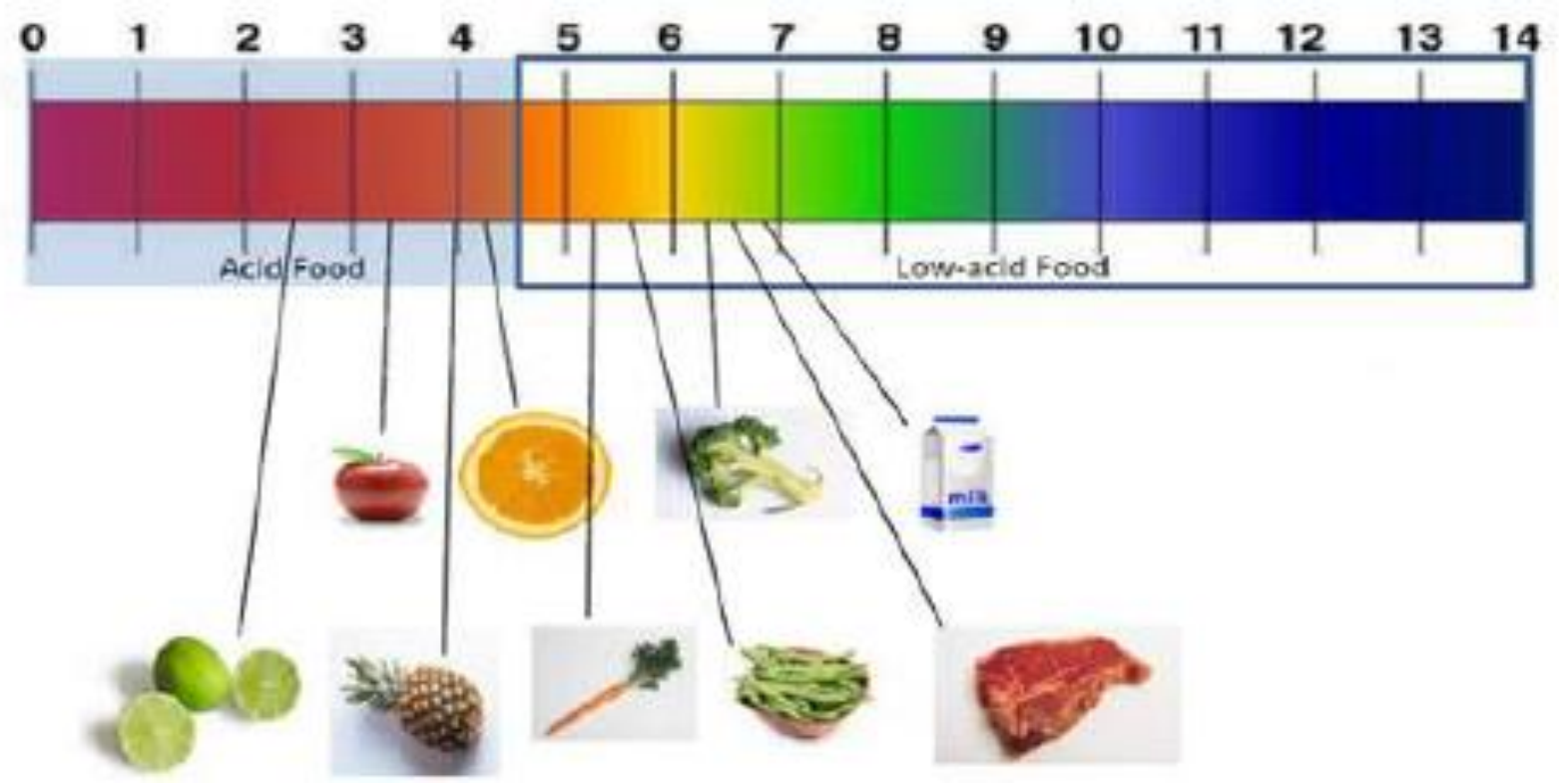
Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

الرطوبة

- ينبغي التحكم بها خصوصا في أماكن تخزين وحفظ لأغذية (حوالى 60%)



الحموضة pH

JABAL MOUSSA جبل موسى

نسبة المياه المرتبطة بالغذاء

كلما ارتفعت كمية المياه الموجودة في الغذاء كان عرضة للتلف

كلما قلت كمية المياه الموجودة في الغذاء قلت إمكانية عرضة للتلف بالبكتريا و الأعفان

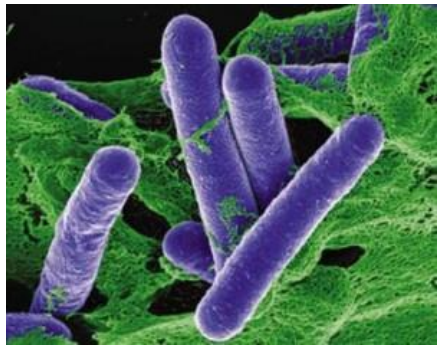
ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

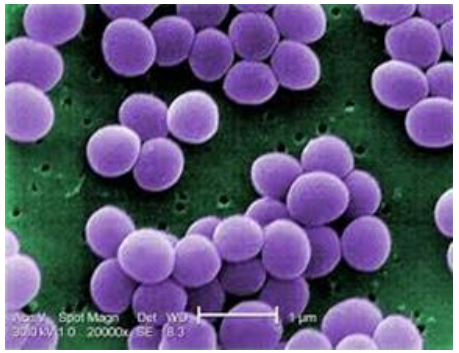
CROSSDEV

هل الحرارة المرتفعة كافية للقضاء على كل البكتيريا والجراثيم ؟



سموم مقاومة للحرارة

Staphylococcus aureus



مقاومة للحرارة

Clostridium botulinum

سؤال

يمكن للبكتيريا والجراثيم الموجودة في الهواء أن تتكاثر في الطعام من بعد الطهي في حال لم تحترم مبادىء التبريد والنظافة

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

سؤال

كيف نحمي أنفسنا وطعامنا من هذه الملوثات ؟

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

الخطوات الاربعة لتجنب التسمم الغذائي

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

النظافة: الحفاظ على النظافة الشخصية ونظافة المطبخ (المعمل) والطعام

الفصل: منع التلوث المتبادل عن طريق الحفاظ على الطعام النيىء بمعزل عن الطعام المطبوخ

الطهي: التأكد من طهي الطعام جيدا على درجة حرارة مناسبة لفترة زمنية كافية

التبريد: حفظ الاطعمة على درجات حرارة امنة

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

1. مبادىء النظافة الشخصية

ارتداء الملابس الواقية النظيفة (داخل المطبخ وليس خارجه)

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

1. مبادىء النظافة الشخصية

- غسل اليدين بشكل منتظم
- تغطية الجروح ووضع الضمادات
- ابقاء الاظافر قصيرة ونظيفة بدون طلاء
- يجب عدم ارتداء اي مجوهرات او ساعة يد

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

1. مبادىء النظافة الشخصية

- يمنع على أي شخص تحضير الطعام في حال كان يعاني من الأعراض التالية خلال 48 الساعة الماضية: الاسهال، القيىء، الحمّى
- عدم وضع عطور قويّة
- ممنوع التدخين او تناول الطعام خلال الطبخ
- ممنوع لمس الأنف أو العطس خلال الطبخ

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

متى و كيف نغسل يدينا ؟

JABAL MOUSSA
جبل موسى

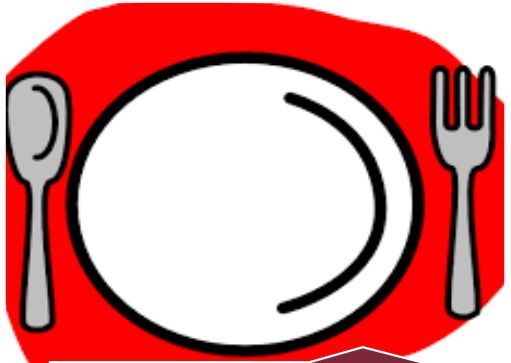
ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

2. متى يجب غسل اليدين ؟



قبل وبعد تناول الطعام

قبل وبعد تحضير الطعام

بعد التدخين

بعد قضاء الحاجة

بعد جمع ورمي النفايات

بعد تنظيف الاسطح واستخدام المطهرات

بعد ملامسة الطعام النيىء (خاصة اللحوم و الدجاج)

JABAL MOUSSA جبل موسى

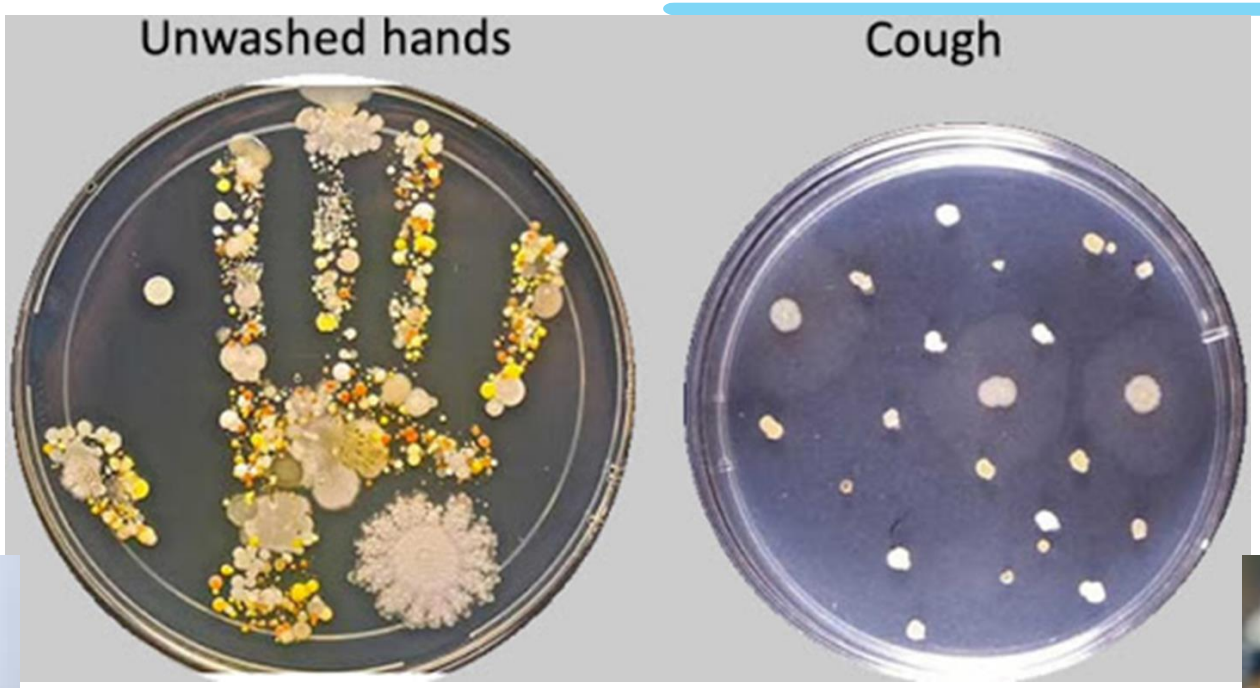
ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

يد غير نظيفة



سعال

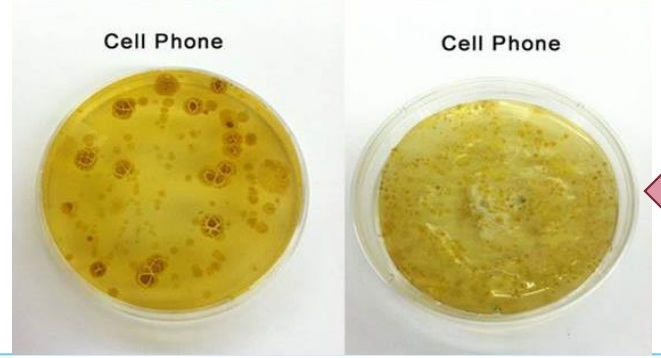
JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV



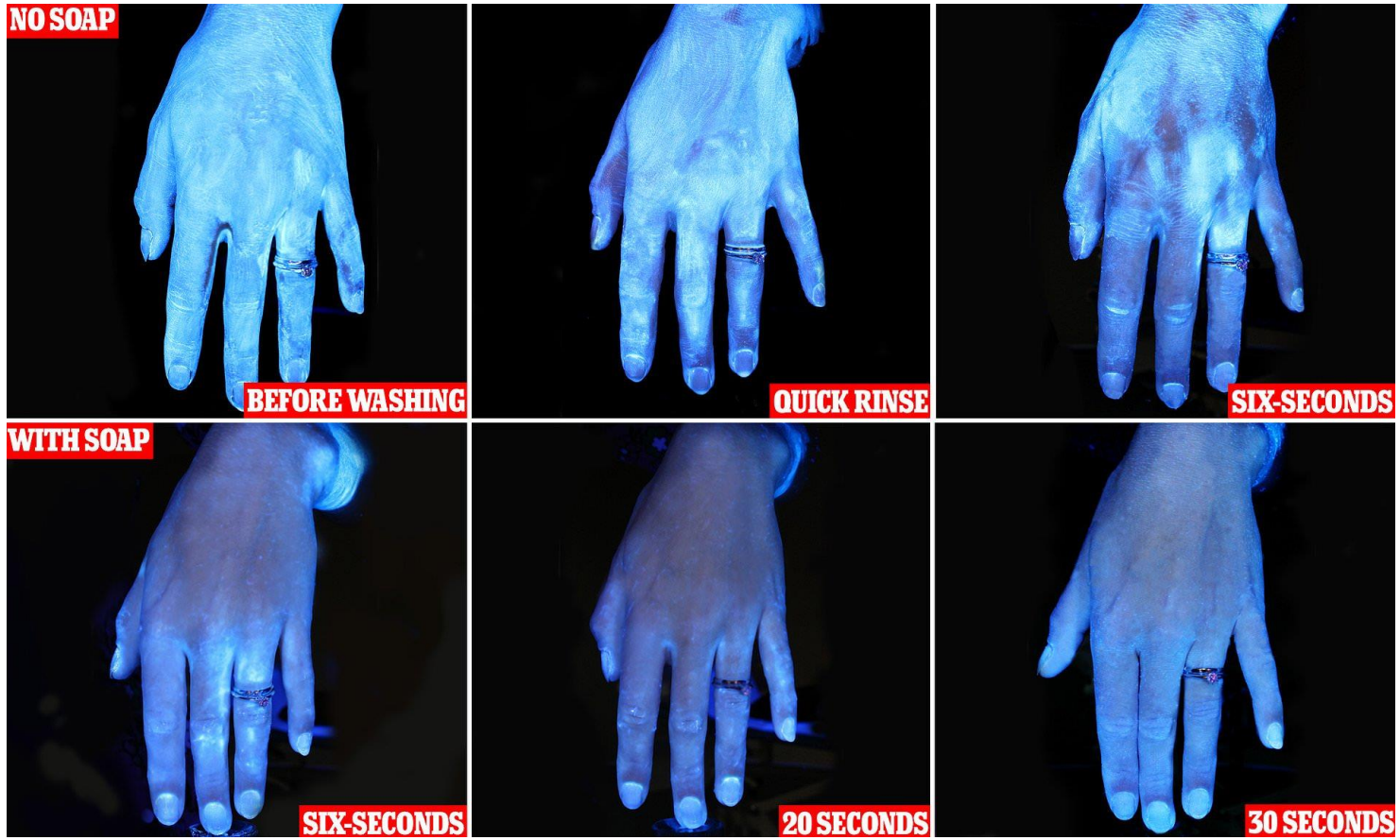
JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV



JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

كيفية غسل اليدين ؟

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

فيديو: كيفية غسل اليدين بحسب منظمة الصحة العالمية

https://www.youtube.com/watch?v=lisgnbMfKvI

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

3. غسيل وتعقيم الخضروات والفواكه

- غسل اليدين قبل وبعد غسيل الفواكه والخضراوات
- في حالة حدوث تلف في الفواكه/الخضار، يجب قطع المنطقة التالفة قبل الغسل
- غسل المنتج قبل تقشيره، لعدم انتقال الاوساخ والبكتيريا من السكين الى الفاكهة والخضار
- فرك المنتج بلطف تحت المياه الجارية النظيفة (استخدام فرشاة خاصة للمنتجات الصلبة)
- استعمال الخل الابيض للتعقيم والتأكد من اعادة غسل المنتج بعد الخل
- تجفيف المنتج بشكل كامل قبل استعماله

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

4. تنظيف و تعقيم الأسطح والأواني

- تعتبر بعض المعدات والاسطح عالية الخطورة بسبب ملامستها للغذاء والايدي بشكل مباشر، لذا يجب غسلها بالماء الساخن والصابون و تعقيمها (خل ابيض او كلور) لقتل البكتيريا والجراثيم (السكاكين، الواح التقطيع، اسطح العمل، أواني الطبخ).

الغسل

التعقيم

التجفيف

JABAL MOUSSA جبل موسى

- أمّا الأسطح والمعدات منخفضة الخطورة (الأسقف، الأرضيات، الجدران) فلا ضرورة لتعقيمها (نكتفي بغسلها جيدا)

الغسل

التجفيف

5. التلوث التبادلي

- التلوث التبادلي يحدث حين تنتقل جراثيم من طعام أو سطح لاخر، مثلا حين تنتقل من الغذاء النيئ (كاللحوم) الى اليدين، السكاكين، الواح ،التقطيع والمعدات الاخرى (كالثلاجة/البراد)

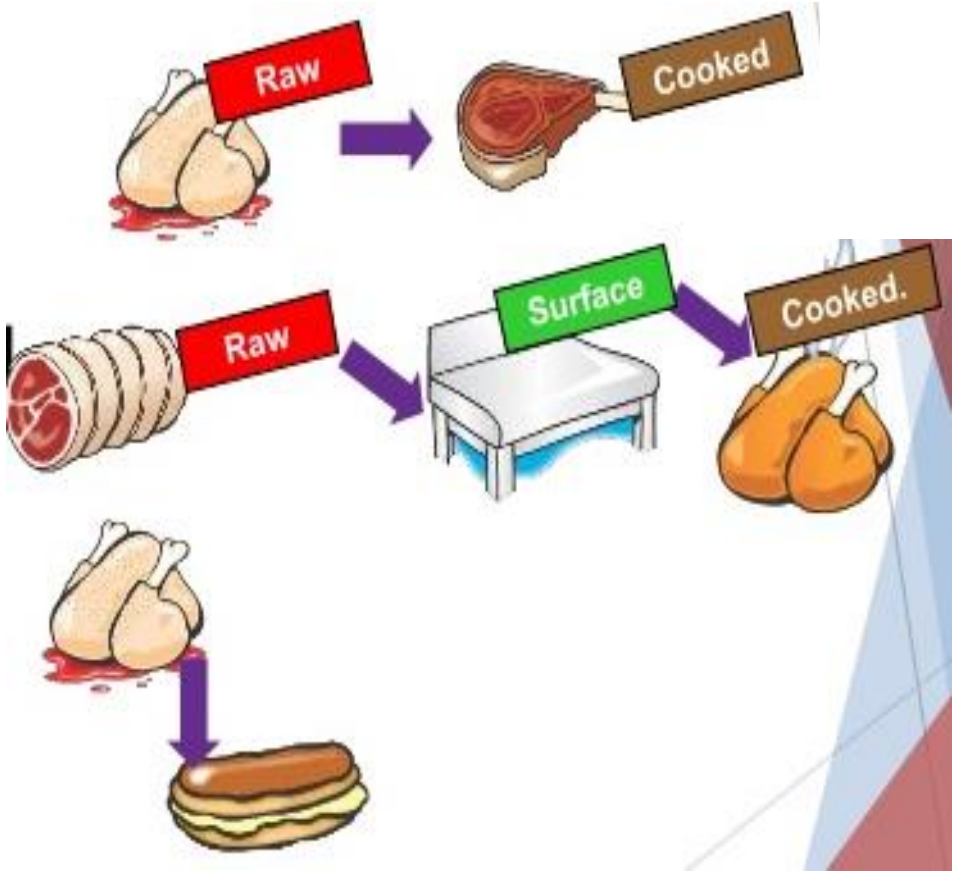
ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

التلوث التبادلي



- ✓ مباشر: ملامسة الطعام الملوث (أو السائل) لطعام جاهز للأكل
- ✓ غير مباشر: ملامسة الطعام المطهو لسطح ملوث (لوح تقطيع، سكين، ...)
- ✓ ملامسة شخص مريض للطعام

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

يجب غسل الادوات والمعدات اليدوية بالماء والصابون بشكل جيد بين عمليات تداول الغذاء، بالاضافة الى استعمال الواح وسكاكين محددة لكل نوع من الاطعمة

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

- يمكن ان يحدث التلوث التبادلي خلال حفظ المواد الاولية بشكل خاطىء في البراد او من خلال استعمال اواني قديمة/غير نظيفة

✓ فصل الاغذية النيئة عن المطهية

✓ استبدال الواح التقطيع عند تكوينها لسطح يصعب تنظيفه

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

6. الطهي الجيد

من الضروري طهي الطعام على درجات حرارة مناسبة مع احترام الوقت المناسب

كيف نتأكد أن الطعام هو مطهي بشكل جيد ولا يشكل خطرا؟

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

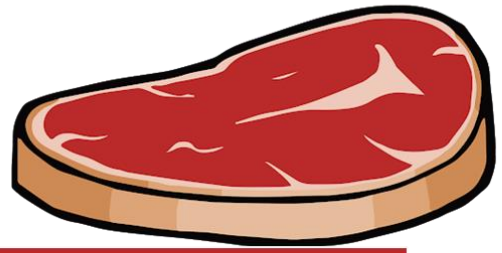
Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

6. الطهي الجيد

الدواجن (74 درجة)



اللحوم (63 درجة)

اللحوم المفرومة (71 درجة)

البيض (71 درجة)

الأسماك (63 درجة)

بقايا الطعام (74 درجة)

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

- استخدام مقياس الحرارة الخاص بالطعام للتأكد من الوصول الى درجة الحرارة المناسبة في جميع أجزاء الطعام هو الطريقة المثلى ضمان سلامة الغذاء

✓ وضع مقياس الحرارة وسط الجزء السميك من الطعام

✓ تجنب ملامسة العظام اوالاجزاء الجانبية من الطعام او الوعاء اثناء قياس الحرارة

✓ التأكد من غسل وتعقيم مقياس الحرارة بعد كل استخدام لتجنب التلوث التبادلي

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

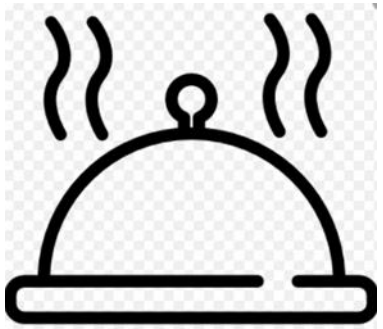
Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

- خدمة الطعام المطهي أو تناوله بسرعة **قبل أن تنخفض درجة حرارته الى 60 مئوية** و ما دون

- تغطية الطعام وعدم تركه **خارج البراد** لأكثر من ساعتين (ساعة في حال كانت الحرارة اكثر من 30 درجة)



JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

ما هي الطريقة الفضلى لتنظيف الدجاج والسمك واللحوم قبل طهوها او تبريدها؟

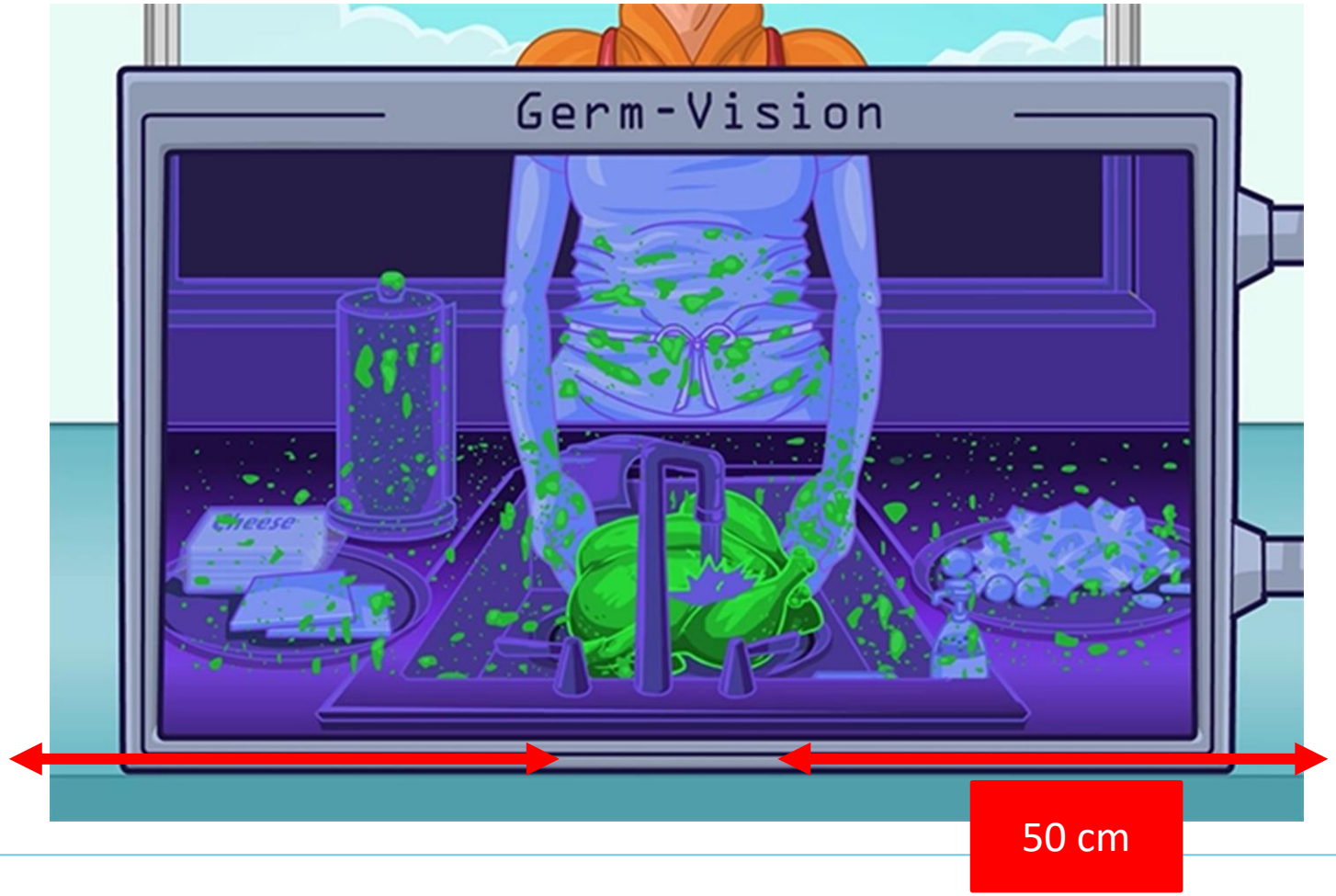
JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV



JABAL MOUSSA
جبل موسى

7. تذويب الطعام

- حين تبدأ الأطعمة بالذوبان وتتخطى الحرارة 5 درجات مئوية، تبدأ البكتيريا الموجودة قبل التجميد بالتكاثر

طرق خاطئة لاذابة الاطعمة الموجودة في الثلاجة

تذويب الطعام على درجة حرارة الغرفة

تذويب الطعام باستخدام الماء الساخن

تذويب الطعام باستخدام الماء الجاري

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

تذويب الطعام في البراد

- وضع الطعام مسبقا في البراد حتى يذوب (أسفل البراد)
- حتى الكميات الصغيرة من الطعام (500 غ) تحتاج يوما كاملا لتذوب
- يفضل استعمال هذه الطريقة لقطع اللحوم والدواجن الكبيرة

تذويب الطعام في المايكرويف

- في حال استعمال الطعام مباشرة
- خاصة للقطع الصغيرة

تذويب الطعام في الماء البارد

- أسرع من التذويب في البراد
- وضع الطعام في كيس او عبوة مانعة للتسرب
- غمر الكيس بالمياه الباردة النظيفة وتغيير المياه كل 30 دقيقة
- طهي الطعام على الفور

الطهي المباشر

- الخضار المثلجة، اللحمة المفرومة المطبوخة سابقا،..

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

عدم وضع الطعام المذوّب في الثلاجة من جديد

عدم وضع الطعام المذوّب
في الثلاجة من جديد

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

8. التبريد الجيد

- في حال كان المنتج بحاجة للتبريد في البراد، لا يجب ان يبقى في منطقة الخطر لأكثر من ساعتين.
- يمكن حفظ الطعام المتبقي من 3-5 ايام في البراد في أوعية محكمة الاقفال

JABAL MOUSSA جبل موسى

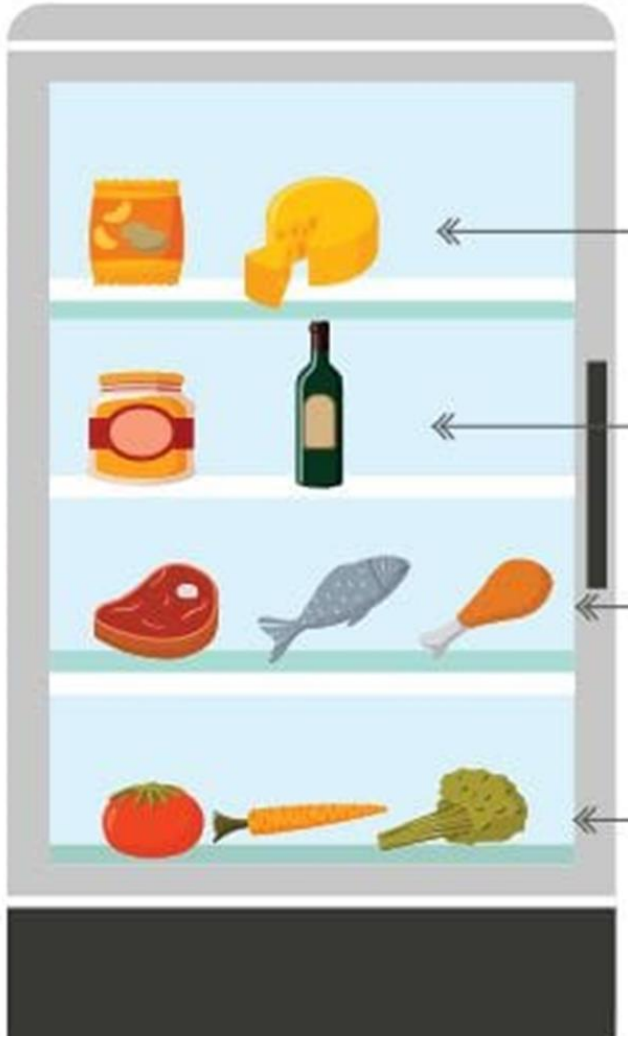
ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

كيف نحفظ المأكولات في البراد؟



اطعمة جاهزة للأكل: مشتقات الحليب، لبن، اجبان...

اطعمة جاهزة للأكل: طعام مطبوخ، لحمة مطبوخة، بقايا الطعام

اطعمة نيئة: لحوم، دجاج، سمك (محفوظة داخل أوعية محكمة الاغلاق لمنع تسرّب السوائل)

فواكه وخضار

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

1. الاحتفاظ بالاطعمة النيئة (الاكثر خطرا) في المنطقة الاكثر برودة
2. الاحتفاظ بالاطعمة داخل اوعية منفصلة وذات غطاء محكم
3. تنظيف البراد والثلاجة بانتظام
4. التخلص من المواد الفاسدة/المنتهية الصلاحية

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

5. وضع تاريخ الحفظ على الطعام
6. استعمال الطعام المحفوظ سابقا (F.I.F.O)
7. مراقبة درجة حرارة البراد والثلاجة بانتظام
8. عدم وضع حمولة زائدة في البراد لضمان دوران تصحيح الهواء

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

نوع الطعام		في البراد	في الثلاجة
بقايا من الطعام	لحمة او دجاج مطبوخ	4-3 ايام	6-2 اشهر
	بيتزا	4-3 ايام	2-1 اشهر
بيض	بيض (مع القشرة)	5-3 اسابيع	-
	صفار او بياض البيض	4-2 ايام	12 اشهر
	بيض مطبوخ	اسبوع	-
حساء (مع خضار او لحوم)		4-3 ايام	3 -2 اشهر
دجاج طازج	دجاج او حبش (كامل)	2-1 ايام	سنة
	دجاج او حبش (قطع)	2-1 ايام	9 اشهر
لحمة نيئة (بقر، غنم، خنزير، ...)		5-3 ايام	12-4 شهر
لحمة مفرومة نيئة (أو دواجن)		2-1 ايام	4-3 اشهر

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

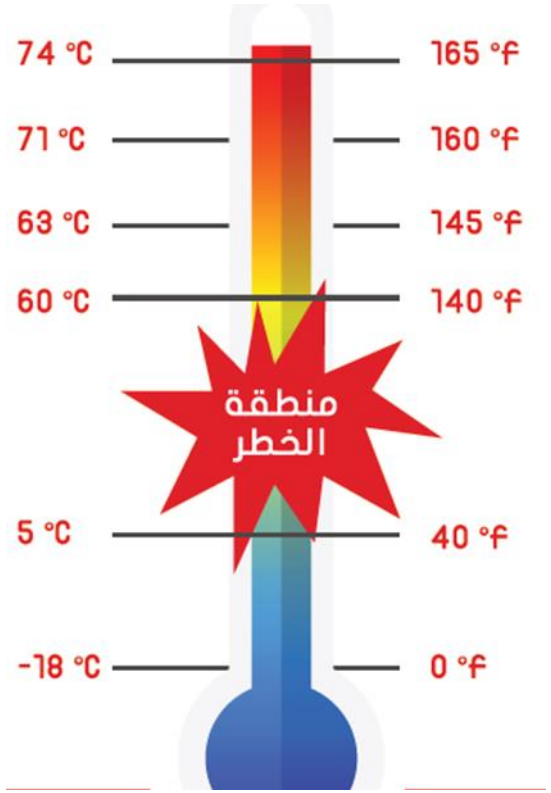
Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

9. بقايا الطعام

- يجب إعادة تسخين الأطعمة المتبقية إلى درجة حرارة داخلية لا تقل عن 75 درجة مئوية (أو حتى يتم تسخينها)
- يجب إعادة غلي الطعام السائل كالحساء ومرق اللحم والخضار
- التأكد من وصول الحرارة لجميع أجزاء الطعام بالتساوي
- عدم تسخين الطعام لأكثر من مرّة



JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

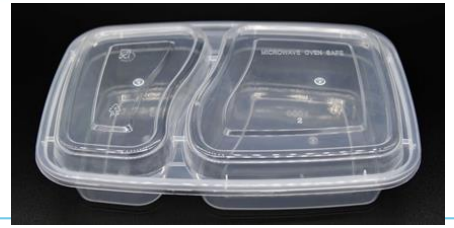
Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

- عند استخدام الميكروويف لإعادة تسخين بقايا الطعام ، من الممكن أن يسخن الطعام بشكل غير متساوي : من الضروري التأكد أن كل اجزاء الطعام قد وصلت الى الحرارة المطلوبة

- ضرورة استعمال الأوعية المناسبة لتسخين الطعام في المايكرويف



JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

10. الحماية من القوارض والحشرات

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

10. الحماية من القوارض والحشرات

اغلاق الفتحات او تصليحها (الخزانات ، تشققات في الجدران، فتحات أرضية...)

استخدام المبيدات الحشرية بحذر ووفقا لارشادات السلامة

تغطية النفايات والتخلص منها بانتظام

تغطية الطعام وتخزينه في اوعية مناسبة

JABAL MOUSSA جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

شكرا لحضوركم!

JABAL MOUSSA
جبل موسى

ENI CBCMED
Cooperating across borders in the Mediterranean

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

CROSSDEV

الدورة المقبلة : تحسين لائحة الطعام في بيوت الضيافة

هل من أطباق تقليدية أو افكار لأطباق قديمة ؟

JABAL MOUSSA
جبل موسى

CROSSDEV

www.enicbcmed.eu/projects/crossdev

CISP
COMITATO INTERNAZIONALE
PER LO SVILUPPO DEI POPOLI

CO OP CUL TU RE

JABAL MOUSSA
جبل موسى

الجمعية الملكية لحماية البيئة البحرية
THE ROYAL MARINE CONSERVATION SOCIETY OF JORDAN
JREDS

مسار فلسطين التراثي
Palestinian Heritage Trail

MiBACT
Ministero
per i beni e le
attività culturali
e per il turismo

Project funded by the
EUROPEAN UNION

This document was produced with the financial support of the European Union under the ENI CBC MED Programme.
Its contents are the sole responsibility of CROSSDEV and do not necessarily reflect the views of the European Union.