

## 電子レンジは食中毒対策になるか？

暑い日が続き、食べ物の保存にも気を使わなければならない季節になりました。食べ切れなかった料理は冷蔵庫に保存していると思いますが、温めなおしをする際によく使われるのが電子レンジだと思います。



ではこの電子レンジ、食中毒対策になるのでしょうか？

答えは半分正解で半分間違いといったところになります。

ほとんどの食中毒菌は、75℃で1分以上加熱すれば死滅するのですが、いくつか落とし穴があります。

### 落とし穴① 加熱むら

電子レンジの構造上、加熱むらがどうしてもできてしまいます。十分に温まっていない部分があると危険です。

### ～対策～

- ・大量に温める場合は小分けにして温める。
- ・途中でひっくり返したり、かき回して加熱むらをなくす。

## 落とし穴② ウエルシュ菌

ウエルシュ菌は100℃で加熱しても死滅しない細菌です。カレーやシチューなど粘度のある料理でよく食中毒が発生します。

### ～対策～

- ・カレーやシチューはその日のうちに食べ切る。
- ・やむを得ず保存する時は、タッパーやジッパー付きの保存袋に入れ、保冷材などを使いきるだけ早く粗熱を取り、冷蔵庫や冷凍庫に保存する。その際なるべく小分けにすると、素早く熱が取れて危険度が下がります。



ウエルシュ菌は30℃～50℃くらいで増殖するので、くれぐれも鍋のまま常温で放置することのないようにしましょう。

電子レンジはとても便利なものですが、あまり過信しすぎないようにしたいものです。