

가정에서 하는 병조림 - 보툴리눔독소증을 예방하는 방법 Home Canning - How to Avoid Botulism

보툴리눔독소증이 무엇이고 어떻게 발생하나?

[illegible]

서수 10만에 형성될 수
경쟁으로
환을
없는 양
가 한
소강 정도의
산우나
고매하
하공
습하
은하
균식
높증
리히
툴겨
보급
있
명

가정에서 병조림을 부적절하게
하면 보툴리눔균이 서식하는 완벽한 환경을
조성하게 됩니다.

보툴리눔 독소증을 예방하려면 어떤 조치를 취할 수 있나?

보툴리눔 독소 증을 예방하기 위해, 가정에서
조리된 식품에 대한 병조립 방식이 각각
다릅니다.

고산성 식품

표적
대다. 품
오습는 담녕의효모,
시있쓰이에의합니
십가들비부품방
쓰브흔된큰은,을
'을바후느은,을
벌두때폐든물키서
열나들맡이는시
가두만의물끓균의
탕자을개는다.멸균
'중'는잼러끓니을
'은'애은여펼업균
품품법로,펼법세보
식식열으를방및는
성성가법대는이도
산산탕준침이광산
고고'중'보반쥬끓곰고

저산성 식품

물산균을 해를유출하는소의조수여채품은할하의식은달력분성도강부산온만는대저한세포슬는다요해포슬에는필통의없에니필통의없

식품위에를관수식함기능킬성포하용리시산이균배틀규저등멸압보멸

압력 병조림에 대해 알아야 할 사항은?

압력 물의 끓는점을 낮추고, 포화 증기를 보일 수 있는
압력솥을 사용하면 조리시간을 줄여 조리할 때
잠깐만 기다려도 되며, 이 조리법은
기름을 사용하지 않고도 맛있게 조리할 수
있습니다. 압력솥을 사용할 때는 반드시
압력솥의 압력 조절 방법을 꼭 지켜주세요.

통조림용 압력용기에는 자세한 사용설명서가
있습니다. 반드시 이 사용설명서를 주의 깊게
읽으십시오. 특히 다음에 유의하십시오:

- 식품은 5/10/15 파운드의 압력으로 가공할 수
있을 것입니다. 조리 식품에 안전한 압력을
적용하는 방법을 확인하려면 사용설명서에 있는 도표를
참고하십시오.
- 조리 시간은 식품의 종류와 유리병의 크기에
따릅니다. 조리 시간을 단축하거나,
설명서에서 권장하는 압력을 바꾸지 마십시오.
그럼에도 불구하고 완성된 조리 식품에 보틀리눅균이
남아 있을 수 있습니다.
- 해가 300 미터(1,000 피트) 이상의 고지대에
거주할 경우, 고도가 높을수록 물의 비등점이
낮아지므로, 압력 및 조리 시간을 조절해야
합니다.
- 조리 중 적정 압력 수준에 도달하면 조리가
종료될 때까지 압력이 유지되어야 합니다.
- 정확성을 위해 무게를 측정하십시오. 제품
설명서를 다 읽고 이해해야 합니다. 제품
설명서에 적힌 권장 검사법 및 빈도를
참고하십시오. 기기가 안전하고 정확하게 작동하고
있는지 확인하십시오.
- 밀봉을 확인하십시오. 뚜껑의 고무 패킹이
깨어 있거나 교체가 필요한지 확인하고,
필요하면 교체하십시오.
- 압력을 상온에 서서 천천히 식히고, 물에 담궈
유리병 뚜껑을 다시 조이지 마십시오.

병조림에 가장 적합한 용기는?

가정 병조림용으로 제조된 내구성이 뛰어난 병을 사용하는 것이 중요합니다.

[illegible]

이것이 매우
하루 10분
독하면 소
전하려하
용독소
를소용
치병
장다. 오.
봉다. 오.
밀하지
과요이르
병중끓다

가정 병조림용으로 빈 땅콩버터 병 등의 상업용 병은 사용하지 마십시오. 상업용 병은 내구성이 충분하지 않으므로 안전하지 않습니다.

가정에서 만든 병조림 식품에 이상이 있는 것 같으면 어떻게 하나?

보툴리눔균에 오염되어도 외관상으로 정상이고 냄새도 나지 않아 독성이 있는지 분별하기 어렵습니다.

다음과 같은 가정 병조림 식품은 먹거나 맛도 보지 마십시오:

- 외관상 상해 보이는 경우
- 거품이 생긴 경우
- 조리 중에 악취가 생긴 경우
- 뚜껑이 불룩하거나 오목하게 들어간 경우
- 병조림이 제대로 됐는지 불확실한 경우

의심스러운 용기와 내용물은 방수 용기에 넣어 폐기하십시오. 의심스러운 병조림 음식은 애완동물이나 다른 동물에게 주지 마십시오. 폐기 후에는 따뜻한 비눗물로 손을 씻으십시오. 또한 식사도구, 음식 표면, 용기 등 귀하의 손이 닿았을 수 있는 것을 전부 세척하십시오.

병조림 시 취해야 할 중요한 조치는?

레시피에서 권장하는 병의 크기나 재료의 양을 바꾸지 마십시오. 병에 내용물을 담을 때 맨 위에 권장하는 만큼의 공간을 두십시오. 안전을 위해 이미 시험을 해 본 레시피를 사용하십시오.

병조림 전체 과정 동안 손을 비눗물로 20 초 이상 씻으십시오. 잘라지거나 부딪혀 손상된 부분이 없고, 곰팡이가 없는 양질의 농산물(과일, 채소)만 사용하십시오. 보존용 식품은 병조림을 하기 전에 차가운 식수로 깨끗하게 씻어야 합니다. 농산물용 도마와 날고기, 가금류 어류, 해산물용 도마를 따로 두십시오. 재료를 준비하기 전과 후에 모든 작업대 표면을 소독하십시오. 표면 소독에 관한 자세한 정보는 [HealthLinkBC File #59a 식품 안전: 식품을 보다 안전하게 만드는 간단한 방법](#)을 참조하십시오.

집에서 만든 병조림을 서늘하고 건조한 곳에 보관하기 전에 라벨을 붙이고 날짜를 기재하십시오. 병을 개봉한 경우 남은 음식은 냉장고에 보관하고, 일주일 이내에 먹어 치우십시오. 최선의 품질을 위해 개봉하지 않은 병조림 식품은 1 년 이내에 사용하십시오.

자세한 정보

가정 병조림은 완벽하게 안전하나 정확한 방식으로 해야 합니다. 가정 병조림을 시도하기 전에 이에 대한 정보를 미리 읽어보는 것이 바람직합니다. 도서관이나 서점에 가면 관련 도서가 있습니다. 대부분의 통조림용 압력용기는 사용설명서가 들어 있습니다. 오래된 통조림용 압력용기의 사용설명서를 찾을

수 없는 경우에는 제조사에 문의하여 설명서를 받으십시오.

더 자세한 정보는 다음 웹사이트를 참조하십시오:

- [UnlockFood.ca](http://www.unlockfood.ca/en/Articles/Cooking-Food-Preparation/Home-Canning-FAQs.aspx) - 가정에서 병조림: 시작하기
- [USDA 가정 병조림 완벽 가이드](https://nchfp.uga.edu/publications/publications_usda.html#gsc.tab=0)