

Đóng hộp tại Nhà – Cách Phòng tránh Ngộ độc Đồ hộp

Home Canning – How to Avoid Botulism

Ngộ độc đồ hộp là gì và nguyên nhân nào dẫn đến tình trạng đó?

Ngộ độc đồ hộp là một dạng ngộ độc thực phẩm nghiêm trọng mà có thể gây tử vong. Chất độc được tạo ra bởi *Clostridium botulinum*, một loại vi khuẩn thường được tìm thấy trong đất, trên trái cây và rau củ sống, trên thịt và cá, cũng như trên nhiều loại thực phẩm và bề mặt khác.

Vi khuẩn gây ngộ độc đồ hộp có thể sinh sôi nhanh chóng trong môi trường ẩm ướt, không có oxy và tạo ra chất độc rất mạnh. Một muỗng cà phê đủ để giết chết 100,000 người.

Việc đóng hộp tại nhà không đúng cách tạo ra môi trường hoàn hảo để vi khuẩn gây ngộ độc thực phẩm phát triển.

Tôi có thể thực hiện những bước nào để tránh ngộ độc đồ hộp?

Để tránh ngộ độc đồ hộp, hãy hết sức cẩn thận khi đóng hộp tại nhà. Có nhiều phương pháp đóng hộp khác nhau đối với thực phẩm có hàm lượng axit cao và axit thấp.

Thực phẩm có Hàm lượng Axit Cao

Sử dụng phương pháp “đun sôi cách thủy” để đóng hộp thực phẩm có hàm lượng axit cao. Mận hoặc đại hoàng (rhubarb) là những ví dụ về thực phẩm có hàm lượng axit cao. “Đun sôi cách thủy” là một phương pháp bảo quản thực phẩm thường được sử dụng để làm mứt. Phương pháp này bao gồm việc thả các lọ đậy kín đựng đặt trong một chiếc rổ vào một nồi nước lớn đang sôi ừng ực. Nước đang sôi giết chết hầu hết các loại nấm men, nấm mốc và vi khuẩn còn hàm lượng axit cao trong thực phẩm sẽ ngăn vi khuẩn gây ngộ độc đồ hộp phát triển.

Thực phẩm có Hàm lượng Axit Thấp

Các loại thực phẩm có hàm lượng axit thấp bao gồm hầu hết các loại rau củ, thịt và hải sản. Đối với các loại thực phẩm có hàm lượng axit thấp, chỉ có thể đạt được mức nhiệt độ cần thiết để tiêu diệt vi khuẩn gây ngộ độc đồ hộp bằng cách sử dụng nồi áp suất dùng để đóng hộp. Bào tử gây ngộ độc đồ hộp sống rất dai và chỉ đun nước sôi thì không thể tiêu diệt được chúng.

Tôi cần biết điều gì về phương pháp đóng hộp bằng áp suất?

Nồi áp suất dùng để đóng hộp là một nồi nhôm đúc lớn có nắp khóa và đồng hồ đo áp suất. Khi nấu bằng áp suất, bạn có thể tăng nhiệt độ của nước sôi từ 100°C (212°F) lên đến 116°C (240°F). Đây là nhiệt độ tối thiểu cần thiết để tiêu diệt bào tử gây ngộ độc đồ hộp và là cách duy nhất để đảm bảo việc đóng hộp được an toàn cho các loại thực phẩm như rau củ, thịt và hải sản.

Nồi áp suất để đóng hộp của bạn phải đi kèm với hướng dẫn đầy đủ. Luôn cẩn thận làm theo hướng dẫn. Hãy ghi nhớ những điều sau:

- Thực phẩm có thể được xử lý ở áp suất 5, 10 và 15 pound. Tham khảo biểu đồ được cung cấp trong hướng dẫn để xác định mức áp suất nào an toàn cho loại thực phẩm bạn đang đóng hộp
- Thời gian chế biến sẽ khác nhau tùy thuộc vào loại thực phẩm được bảo quản và kích thước của lọ. Đừng bao giờ rút ngắn thời gian nấu hoặc thay đổi mức áp suất được đề xuất trong hướng dẫn, nếu không vi khuẩn gây ngộ độc đồ hộp có thể vẫn còn trong thực phẩm cuối được đóng hộp
- Nếu bạn sống ở độ cao hơn 300 mét (1,000 feet) so với mực nước biển, áp suất và thời gian nấu sẽ phải được điều chỉnh vì nước sôi ở nhiệt độ thấp hơn khi độ cao tăng lên
- Sau khi đạt được mức áp suất phù hợp trong khi nấu, mức áp suất đó phải được giữ nguyên trong suốt bước nấu
- Cả đồng hồ đo áp suất và đồng hồ đo quay số phải được kiểm tra để đảm bảo độ chính xác. Đọc kỹ hướng dẫn của nhà sản xuất để biết các quy trình kiểm tra và tần suất được khuyến nghị, để đảm bảo rằng nồi đóng hộp của bạn đang được vận hành đúng cách và an toàn
- Kiểm tra gioăng. Đảm bảo gioăng cao su trên nắp của nồi đóng hộp không bị vỡ hoặc nứt. Thay thế nếu cần thiết
- Đừng bao giờ mở nồi đóng hộp khi nó còn áp suất

- Không làm lạnh lọ trong nước, thay vào đó hãy để lọ nguội từ từ ở nhiệt độ phòng
- Không vặn lại nắp

Những lọ nào là tốt nhất cho việc đóng hộp?

Điều quan trọng là bạn phải sử dụng các lọ dày được sản xuất riêng cho đóng hộp tại nhà.

Loại lọ “Mason” – đóng lại bằng cách xoay nắp, trên cổ lọ có đường xoắn ốc – là lựa chọn phổ biến nhất. Không sử dụng lại các nắp này. Nắp sẽ không còn đảm bảo kín hoàn toàn sau khi đã bị cạy ra một lần. Các lọ có thể được sử dụng nhiều lần, miễn là các vành lọ hoàn toàn nhẵn và không có vết trầy xước hoặc vết nứt nào có thể cản trở việc bịt kín.

Điều rất quan trọng là khử trùng lọ và nắp trước khi sử dụng. Để khử trùng lọ, đun sôi chúng trong 10 phút. Để khử trùng nắp, hãy làm theo hướng dẫn của nhà sản xuất.

Không sử dụng lọ dùng trong thương mại, chẳng hạn như lọ đựng bơ đậu phộng rộng để đóng hộp tại nhà. Các lọ dùng trong thương mại không đủ dày để được sử dụng một cách an toàn.

Bạn nên làm gì nếu thực phẩm đóng hộp tại nhà có vẻ không an toàn?

Thực phẩm bị ngộ độc đồ hộp có thể có vẻ ngoài và mùi bình thường, khiến người ta khó có thể biết liệu nó có bị nhiễm độc hay không.

Không bao giờ ăn, hoặc thậm chí nếm thử bất kỳ thực phẩm đóng hộp tại nhà nào mà:

- Có vẻ bị hỏng
- Nổi bọt
- Tỏa mùi hôi trong khi nấu
- Có nắp hộp bị phồng lên hoặc bị rò rỉ
- Bạn không chắc thực phẩm đó có được đóng hộp đúng cách hay không

Đặt bất kỳ hộp đựng và thực phẩm đáng ngờ nào vào hộp đựng không thấm nước và vớt vào thùng rác. Không cho vật nuôi của bạn hoặc bất kỳ con vật nào khác ăn thực phẩm bạn nghi ngờ. Sau khi vớt bỏ, hãy rửa tay kỹ bằng nước xà phòng ấm. Ngoài ra, hãy rửa tất cả dụng cụ hoặc bề mặt mà thực phẩm, hộp đựng hoặc tay của bạn có thể đã chạm vào.

Các bước quan trọng cần thực hiện khi đóng hộp là gì?

Không bao giờ thay thế kích thước lọ hoặc số lượng nguyên liệu được đề nghị trong công thức. Đổ đầy lọ, để lại khoảng trống được đề nghị ở trên cùng. Sử dụng các công thức đã được thử nghiệm khi đóng hộp, để đảm bảo an toàn.

Rửa tay bằng nước xà phòng trong ít nhất 20 giây trong tất cả các công đoạn đóng hộp. Chỉ sử dụng những sản phẩm có chất lượng tốt (trái cây, rau củ) không có bất kỳ vết cắt, vết dập hoặc nấm mốc nào. Thực phẩm được bảo quản phải được rửa sạch bằng nước lạnh uống được trước khi đóng hộp. Sử dụng thớt riêng cho rau củ và thớt riêng cho thịt động vật, thịt gia cầm, cá và hải sản sống. Vệ sinh tất cả các bề mặt trước và sau khi chế biến thực phẩm. Để biết thêm thông tin về việc vệ sinh các bề mặt, hãy xem [HealthLinkBC File #59a An toàn Thực phẩm: Những Cách Để đảm bảo Chế biến Thực phẩm An toàn hơn](#).

Dán nhãn và ghi ngày tháng cho tất cả các loại thực phẩm đóng hộp tại nhà trước khi bạn bảo quản chúng ở nơi khô ráo, thoáng mát. Khi hộp đã được mở, hãy làm lạnh thực phẩm thừa và sử dụng trong vòng một tuần. Để có chất lượng tốt nhất, hãy sử dụng tất cả các loại thực phẩm đóng hộp hoặc đóng chai chưa mở trong vòng một năm.

Để Biết Thêm Thông tin

Việc đóng hộp tại nhà hoàn toàn an toàn nhưng cần phải được thực hiện đúng cách. Bạn nên đọc về cách đóng hộp tại nhà trước khi thử phương pháp này. Sách về chủ đề này có sẵn ở thư viện hoặc trong các cửa hàng. Nồi áp suất dùng để đóng hộp hầu như luôn đi kèm với hướng dẫn. Nếu bạn có nồi áp suất dùng để đóng hộp cũ hơn và không thể tìm thấy hướng dẫn sử dụng, hãy liên hệ với nhà sản xuất để nhận một bản.

Để biết thêm thông tin, hãy truy cập:

- UnlockFood.ca - Đóng hộp tại Nhà: Bắt đầu www.unlockfood.ca/en/Articles/Cooking-Food-Preparation/Home-Canning-FAQs.aspx
- Hướng dẫn Đầy đủ của USDA về Đóng hộp tại Nhà https://nchfp.uga.edu/publications/publications_usda.html#gsc.tab=0