

VIỆC CHẾ BIẾN

MÓN TRÁNG MIỆNG BẰNG GẠO

Các món tráng miệng bằng gạo

Là những sản phẩm sẵn sàng để ăn, mới làm, trông còn ướt chế biến bằng gạo tẻ hay gạo nếp (hoặc bằng bột gạo), đường và các thứ khác như đậu xanh, đậu phộng, mè (vừng). Những món này rất được ưa chuộng ở Á châu và thường được hấp, bỏ màu, làm thành nhiều hình dạng khác nhau hay vò thành viên. Có những sản phẩm được luộc hay nấu thành 'chè'. Những thứ này thường được bày bán tại các tiệm thực phẩm Á châu.



Nguyên liệu có phẩm chất tốt

Nguyên liệu cần được:

- mua từ các nhà cung cấp có uy tín.
- cất giữ đúng cách theo lời dặn của nhà sản xuất.

Dùng sức nóng để khử trùng

- Sản phẩm cần được nấu (hấp hay luộc) ít nhất là 15 phút để tiêu diệt tất cả các vi trùng có thể nằm trong nguyên liệu chưa nấu.
- Đối với các món chè sau khi nấu xong, phải được xớt qua những hộp nhỏ ngay để giúp cho chè nguội thật nhanh. Để nguội trong nồi sẽ mất thời gian lâu hơn và tạo cơ hội cho vi trùng độc hại phát triển.

Vệ sinh liên quan đến thực phẩm

- Thức ăn đã nấu sẵn và thức ăn chưa nấu phải để riêng biệt. Những chỗ đặt thức ăn lên, nồi niêu, xoong chảo, hộp đựng thức ăn, khăn dùng trong bếp, vân vân, không nên dùng cho cả thức ăn chưa nấu và thức ăn đã nấu chín mà không rửa và khử trùng cẩn thận.
- Thức ăn đã nấu chín cần được giữ gìn cẩn thận để tránh việc có

thể bị nhiễm phải các loại vi trùng hiện diện trong môi trường chung quanh hay từ những người có nhiệm vụ quản lý thức ăn truyền sang.

- Tất cả những ai đụng chạm, sờ mó đến thực phẩm đều phải có khả năng và kiến thức chuyên môn phù hợp với việc làm của họ.
- Nên rửa tay cẩn thận đúng cách đặc biệt là sau khi đi tiêu, đi tiểu. Dùng loại khăn chỉ dùng một lần rồi vứt đi an toàn nhất vì khăn dùng trong nhà bếp (tea towels) có thể lây truyền các loại vi sinh nguy hiểm.

Thời hạn sử dụng

- Những sản phẩm được chế biến dùng nguyên liệu có phẩm chất cao, nấu nướng đúng cách trong một môi trường sạch sẽ và vệ sinh có thể trưng bày trong môi trường có nhiệt độ từ 20 đến 25 độ C trong khoảng thời gian lên đến 48 tiếng đồng hồ.
- 'Thời hạn sử dụng' ghi trên sản phẩm sẽ là : **ngày sản xuất + 1 ngày.**



Đồ tráng miệng làm bằng gạo có nhiều chất bổ dưỡng, ướt, và có độ axit trung tính (neutral pH) chính vì thế mà có thể trở nên nguy hiểm nếu không chế biến hay cất giữ đúng cách. Tuy nhiên, nếu các sản phẩm này được làm trong các điều kiện như mô tả dưới đây, chúng vẫn an toàn để ăn trong vòng 48 tiếng sau khi được làm dù để ở nhiệt độ trong phòng (từ 20 đến 25 độ C).

Làm cách nào để giữ các sản phẩm này an toàn?

Nguy cơ ngộ độc thức ăn của các sản phẩm này có thể giảm xuống, ngay cả khi được giữ ở nhiệt độ trong phòng (20 đến 25 độ C), nếu làm theo đúng các điều kiện dưới đây:



Việc ghi nhãn

Món tráng miệng làm bằng gạo phải được ghi nhãn và **phải** có những chi tiết sau đây:

Những đòi hỏi trong việc ghi nhãn	Chú thích
Tên của món ăn	Cần phải viết bằng tiếng Anh.
Tên của nhà sản xuất và địa chỉ có tên đường tại Úc	Không được dùng địa chỉ Hộp Thư Bưu Điện (PO Box number).
Danh sách những nguyên liệu dùng để nấu	Phải liệt kê tất cả các nguyên liệu từ nhiều nhất đến ít nhất 'trọng lượng lúc được thêm vào', kể cả màu sắc và chất bảo quản. Nếu tên của sản phẩm là tên của một trong số các nguyên liệu dùng để làm, phải cho biết số phần trăm (%) của nguyên liệu đó (dựa trên trọng lượng). Ví dụ: Tên của sản phẩm: Bánh chuối. Nguyên liệu: bột gạo, chuối (20%), đường.
Nêu rõ các chất gây dị ứng (tác tố dị ứng)	Nếu sản phẩm hoặc các nguyên liệu chứa bất cứ chất gây dị ứng nào trong số những chất gây dị ứng thông thường nhất, thì cần phải được ghi rõ. Hoặc ghi trong danh sách các nguyên liệu (dùng chữ in đậm - bold font) hoặc một lời ghi chú riêng, chẳng hạn 'có chứa đậu phộng'. <ul style="list-style-type: none">• nhựa bột (nếu dùng bột mì),• các loài giáp xác (có vỏ cứng, thí dụ như cua, tôm, tép),• trứng,• cá,• sữa,• đậu phộng,• các loại hạt khác (thí dụ hạnh nhân, brazil, hạt điều, pistachios, đậu óc chó),• đậu nành, hoặc• mè (vừng).
'Thời hạn sử dụng	Ngày sản xuất + 1 ngày. Phải ghi rõ DÙNG TRƯỚC NGÀY với ngày/tháng/năm.
Những chỉ dẫn về việc cất giữ	Điều kiện về nhiệt độ và môi trường thực phẩm cần được giữ để bảo đảm là thực phẩm còn có thể dùng được cho đến ngày hết hạn ('use-by' date). Ví dụ: giữ ở chỗ mát mẻ, khô ráo.
Bảng liệt kê các chất dinh dưỡng (NIP) *Xem thí dụ ở trang sau	Gồm: Số phần ăn, Trọng lượng mỗi phần ăn (bằng gram), Lượng trung bình mỗi phần ăn và Lượng trung bình mỗi 100g đối với các yếu tố sau đây: <ul style="list-style-type: none">• năng lượng,• chất đạm,• tổng lượng chất béo,• loại chất béo bão hòa (saturated fat),• tinh bột và chất xơ (carbohydrate),• các loại đường, and• muối (sodium).
Nguồn gốc sản phẩm	Thí dụ: làm tại Úc bằng các nguyên liệu nhập cảng và của địa phương. Liệt kê thứ tự các nguyên liệu 'nhập cảng' và 'địa phương' dựa trên con số phần trăm của nguyên liệu (về trọng lượng) để nêu rõ nguồn gốc của nguyên liệu. Nếu sản phẩm có nhiều nguyên liệu (về trọng lượng) được nhập cảng từ ngoại quốc, việc mô tả về nguồn gốc phải nêu rõ 'chế tạo tại Úc bằng các nguyên liệu được nhập cảng và của địa phương'.



Muốn biết thêm chi tiết về những đòi hỏi liên quan đến việc ghi nhãn, xin quý vị đến trang mạng của *Cơ Quan An Toàn Thực Phẩm NSW* (NSW Food Authority) và *Ủy Ban Bảo Vệ Người Tiêu Thụ và Luật Cạnh Tranh Úc* (ACCC) để hiểu thêm về nguồn gốc của các sản phẩm.

Làm thế nào để bảo vệ an toàn cho giới tiêu thụ

Cần phải làm theo chỉ dẫn về vấn đề cất giữ thực phẩm của nhà sản xuất. Chúng tôi đề nghị các nhà buôn bán lẻ trưng bày các sản phẩm này ở nơi mát mẻ, khô ráo, tránh nắng mặt trời và nguồn nhiệt, thí dụ: lò sưởi hay lò nấu.

*Thí dụ: bảng liệt kê Các Chất Dinh Dưỡng (NIP)

NUTRITION INFORMATION		
Servings per package: (insert number of servings)		
Serving size: g (or mL or other units as appropriate)		
	Quantity per serving	Quantity per 100 g (or 100 mL)
Energy	kJ (Cal)	kJ (Cal)
Protein	g	g
Fat, total	g	g
—saturated	g	g
Carbohydrate	g	g
—sugars	g	g
Sodium	mg (mmol)	mg (mmol)
(insert any other nutrient or biologically active substance to be declared)	g, mg, µg (or other units as appropriate)	g, mg, µg (or other units as appropriate)

Vài dòng về Cơ Quan An Toàn Thực Phẩm NSW (NSW Food Authority): Cơ Quan An Toàn Thực Phẩm NSW là cơ quan chính phủ có nhiệm vụ giúp bảo đảm thực phẩm ở Tiểu Bang NSW được an toàn và được ghi nhãn đúng cách. Cơ quan này phối hợp với người tiêu thụ, giới công nghệ và các cơ quan chính quyền khác để làm giảm thiểu các trường hợp ngộ độc thức ăn bằng việc cung cấp tài liệu và ấn định luật lệ về vấn đề an toàn sản phẩm, và việc cất giữ, chuyên chở, quảng cáo và chế biến thực phẩm.

Ghi chú: Tài liệu này chỉ có tính cách tổng quát, khái lược và không bao gồm mọi trường hợp. Các cơ sở buôn bán thực phẩm có trách nhiệm phải tuân hành mọi điều khoản quy định trong Luật Các Tiêu Chuẩn Về Thực Phẩm (Food Standards Code) và Đạo Luật An Toàn Thực Phẩm 2003, NSW (*Food Act 2003*) (NSW).

Sản phẩm không được bán quá thời hạn sử dụng ghi trên nhãn

Các tài liệu khác

Ủy Ban Bảo Vệ Người Tiêu Thụ và Luật Cạnh Tranh Úc (ACCC). *Nguồn gốc sản phẩm*.

www.accc.gov.au/consumers/groceries/country-of-origin

Cơ Quan An Toàn Thực Phẩm NSW. (2015). *Việc làm sạch sẽ và khử trùng ở cơ sở kinh doanh*.

http://www.foodauthority.nsw.gov.au/Documents/industry/cleaning_sanitising_food_businesses.pdf

Cơ Quan An Toàn Thực Phẩm NSW. *Việc ghi nhãn thực phẩm*.

<http://www.foodauthority.nsw.gov.au/foodsafetyandyou/food-labelling>

Cơ Quan An Toàn Thực Phẩm NSW. (2016). *Việc bán các thực phẩm làm tại nhà*.

http://www.foodauthority.nsw.gov.au/Documents/retailfactsheets/home_based_food_businesses.pdf

Cơ Quan An Toàn Thực Phẩm NSW. (2015). *Việc ghi nhãn – việc ghi ngày, chỉ dẫn cách giữ gìn và sử dụng thực phẩm*.

http://www.foodauthority.nsw.gov.au/Documents/retailfactsheets/labelling_date_marking.pdf

Cơ Quan An Toàn Thực Phẩm NSW. (2017). *Báo cáo về các món tráng miệng làm bằng gạo*