

壽司和刺身專賣店或同類場所的一般衛生指引

目的：

為從事日式料理專賣店或其同類場所之飲食從業員提供衛生指引，並就如何減低在製作／處理壽司和刺身時所造成的微生物危害，向業界提出建議。

適用範圍：

壽司和刺身專賣店或其同類場所。

定義：

1. 【刺身】又稱“魚生”，是指不經烹煮而食用的海水魚魚片、軟體動物、甲殼類動物、魚卵或其他海鮮等食品之總稱。
2. 【壽司】是指成分為用米醋調味過的米飯，經捏或壓成飯糰狀並加入其它配料的食品。這些食品有用／不用海苔包裹的，通常以小塊形式進食，而其配料是放在飯糰上面／中間，其成分包括經／不經烹煮的或以醋醃漬的海鮮、海水魚或介貝類水產動物的卵、蔬菜、經烹煮的肉類和蛋等。

製作食品時須遵守的主要措施：

壽司和刺身的製作／處理過程可分四個主要的步驟：選購、貯存、配製、運送及展示。

1. 選購
 - 1) 向衛生可靠、商譽良好的店舖購買海鮮及其他食材；
 - 2) 應按所需的用量購買海鮮等食材；
 - 3) 不應選用淡水或河鮮產品（如淡水魚、河蝦、河蟹等）作為刺身產品的原料；
 - 4) 收貨：
 - 應檢查原產地有關當局簽發的衛生證明文件等相關資料；
 - 檢查冷藏車是否清潔衛生，溫度必須在 5°C 以下；
 - 檢查冷凍車是否清潔衛生，溫度必須在 -18°C 或以下；
 - 所有食材，尤其海鮮，應檢查其新鮮度；冷凍食品之外包裝應無結霜現象，如發現有腐敗變質或者其他感官性狀異常者應拒

收；

- 收貨後必須立即放在合適的溫度貯存；
- 保存進出貨紀錄或相關單據，以便需要時供權限部門追查貨源。

2. 貯存

1) 確保以最佳方式貯存食品

- 需冷凍冷藏的食材應貯存於獨立的雪櫃或雪櫃內指定的專用部分；
- 冷凍食品須貯存在 -18°C 或以下，直到用作配製食品前一天為止；
- 配製食品前一天，須把冷凍食品改用冷藏貯存，其數量應以每天消耗量為原則。冷藏貯存是指把食品貯存在溫度為 0°C 至 5°C 間；解凍至使用之總時間不宜超過48小時；
- 必須每日檢查冷藏／冷凍庫的溫度，並保存所有紀錄；
- 未經烹煮的食材必須與經配製的／即食食品分開存放，以免交叉污染；
- 經配製後食品於冷藏保存時，盛載之器具一定要清潔衛生；
- 經配製後的壽司和刺身必須妥善覆蓋並保存在 5°C 以下的專用冷藏櫃，冷藏櫃亦不應用來存放其它食品，避免交叉污染。

2) 確保使用新鮮的海鮮

- 不應貯存過量的海鮮；
- 應採用「先入先出」的原則存取食品。

3. 配製

食品生產經營者應確保供生吃的魚類經過特定的冷凍處理，以殺死當中可能存在的寄生蟲，如將其在 -20°C 或以下冷凍7天；或在 -35°C 冷凍約20小時。

- 預先計劃所需配製食材的用量和時間，並避免過量或過早配製而導致食材浪費或存放過久；
- 應盡量縮短配製的時間，應避免將已烹煮的米飯、刺身或備用配料置

於 5°C 至 60°C 之間貯存超過 2 小時；

- 已烹煮待用的米飯應放在有蓋容器內，與生的食品分開存放；
- 在壽司飯煮熟後，應儘快適度加酸至酸鹼值 4.6 或以下¹；
- 分開使用不同的用具處理生和熟的食品。

4. 運送與展示

- 壽司／刺身在食用前須採取有效措施防止污染，可放在有蓋的碟上，或以膠盒加保鮮紙等保護好，刺身宜置於食用冰中保存並用食用級保鮮膜分隔；
- 製成的壽司和刺身在運送和展示期間必須保存在 5°C 以下，並應盡量縮短從展示／運送至食用之間的時間；
- 預先包裝之壽司／刺身宜附有保質期標示；
- 自助式壽司店販賣時，壽司／刺身應有適當的保護，並保存於合適溫度（5°C 以下），且備有清潔之夾子和盛物盤（籃）供顧客選購使用；
- 應確保用作擺碟的裝飾乾淨衛生，如衛生成疑，切勿使用；
- 當天已經展示剩餘之壽司和刺身在關店前必須棄掉。

5. 個人衛生

- 必須穿著整齊清潔的工作服，並戴上工作帽把頭髮遮蓋；
- 不應戴戒指、手鐲和手錶等飾品，以及不應塗抹指甲油或戴用假甲；
- 在處理食品前，必須正確徹底洗淨雙手；
- 需要時可佩戴用後即棄手套或使用機器，以減少直接接觸食品；
- 戴手套的食品處理人員，不應同時處理食品以外的工作；
- 如手套接觸不潔物品或者使用超過 30 分鐘，就必須更換；
- 應以防水敷料妥善包紮外露的傷口；
- 若身體出現流涕、腹瀉、嘔吐或發燒等病徵，應暫停處理食品。

6. 用具、設備及環境衛生

- 配製壽司和刺身宜在通風良好的獨立工作區間製作，以減低受污染之

¹ 煮熟的米飯適當加酸至酸鹼值 4.6 或以下，有助抑制微生物的生長，特別是蠟狀芽孢桿菌。食品處理人員可使用已校正的酸鹼值測量計，在壽司飯的不同區域進行多次酸鹼度檢測，以確保壽司飯均勻酸化至 4.6 或以下。有關建議參考自 Food Safety Authority of Ireland: “Safe Production of Sushi”。

風險；

- 配製食品的工作範圍必須保持清潔衛生，以及具有良好衛生狀況之設備；
- 工作枱面、砧板或刀具應保持平整清潔，並加上適當的標示以識別為配製壽司和刺身專用；
- 所有用具在使用前後應徹底清潔和消毒，以保持清潔衛生；
- 使用有蓋的垃圾桶，並定時清倒消毒；
- 定期對雪櫃進行除霜；
- 不應在經營場所內飼養寵物。

7. 食品生產經營者的責任

- 確保貨源之安全；
- 保存進出貨紀錄或相關單據，以便需要時供權限部門追查貨源；
- 確保店舖環境整潔和衛生；
- 確保其店員遵守食品良好衛生操作規範要求；
- 應為員工安排基本食品安全衛生知識之職前培訓；
- 食品生產經營者若在場所內提供生的或未煮熟的食品，應主動向顧客或在餐牌上作出相關的食用風險提示²，以使顧客在了解其食用風險的情況下作出更有意識及合理之選擇。

更新於 2023 年 12 月

² 生的或未煮熟的食品可能存有較高的食用風險，尤其對孕婦、嬰幼兒、長者和免疫力低下人士等高危人士。