

## Hamburgare och råbiff

**När nötkött inte värmebehandlas tillräckligt eller serveras rått finns det en risk för att bakterier som EHEC och salmonella överlever. Du behöver därför ha tillräckliga kunskaper och rutiner för att göra köttet säkert.**

### Säkra hamburgare

De bakterier som finns på ytan av helt kött kan vid malning hamna inne i kärnan på den råa hamburgaren. **För att kunna servera säkra hamburgare bör de genomstekas.** En innertemperatur på +72 °C tar död på alla skadliga bakterier. OBS! Bakterier dör inte i frysen så även kött som har varit fryst behöver genomstekas.

### God hygien och bra råvara

Om du vill servera hamburgare eller andra rätter av kött som inte är genomstekta, ska du använda ett kött som är säkert att ätas rått. Råvaran bör alltid vara en hel styckningsdetalj av högre kvalitet. Använd inte färdig köttfärs eller kött avsett för malning.



För dig som hanterar livsmedel som inte ska genomstekas innan servering, är det extra viktigt att hanteringshygienen är god och att använda rena redskap och skärbrädor. Putsa alltid råvaran, bryn, bränn eller bräsera ytan först för att avdöda eventuella bakterier.

Använd din malda produkt helst samma dag och förvara den så kallt som möjligt, gärna under + 4 °C.

Köttkvarnen bör diskas och rengöras noggrant efter varje gång den har använts.

### EHEC

EHEC, enterohemorragisk *E. coli* (kallas även VTEC-Verotoxinbildande *E. coli* eller STEC-shigatoxinproducerande *E. coli*) är en bakterie som finns hos nötdjur. Smittan kan spridas via nötkött men även genom andra livsmedel och förorenat vatten. Den kan även smitta från person till person.

Infektionsdosen är låg - endast tio bakterier krävs för att bli sjuk! Det tar vanligen tre till fyra dagar att insjukna från det att man smittats. **Symtomen vid EHEC är ofta allvarliga** med blodiga diarréer som läker ut av sig själv först efter en vecka. Omkring fem procent av alla EHEC-smittade utvecklar HUS - hemolytiskt uremiskt syndrom - som kan orsaka livshotande skador, bland annat med njursvikt och hjärnskador.

- Rare: + 42-44 °C ☹️
- Medium rare: + 46-48 °C ☹️
- Medium: + 52-54 °C ☹️
- Medium well: + 60-62 °C 😊
- Well done: + >72 °C 😊