



Kuracie mäso obsahuje čkodlivú baktériu baktériu Campylobacter. Vedci varujú, že omývanie surových kurčiat napomáha šíreniu tejto škodlivej baktérii.

//

Zmrazenie kuracieho mäsa potom, čo si ho prinesiete zo supermarketu, vám môže v najkrajnejšom prípade dokonca zachrániť život. Proces zmrazovania mäsa totiž podľa novej štúdie zabije až 90 percent buniek zákernej baktérie Campylobacter. Baktérie Campylobacter, ktorá sa najčastejšie vyskytuje v surovom hydinovom mäse, môže spôsobiť žalúdočnú nevoľnosť, vracanie, hnačky a v najhorších prípadoch dokonca aj smrť, píše denník Daily.

Vedci z Veľkej Británie odporúčajú, aby ľudia surové kuracie mäso pred konzumáciou najprv zmrazili. Podľa ich štúdie obsahuje 6 z 10 kurčiat v obchodoch túto baktériu, ktorá infikuje až pol milióna ľudí ročne. Ročne dokonca na následky konzumácie kontaminovaného mäsa vo Veľkej Británii zomrie 100 ľudí. Vedci varujú aj pred umývaním surových kurčiat, napomáha to šíriť škodlivé baktérie v šírení. Pri akomkoľvek umývaní vzniká drobný aerosól, preto je nutné na

toto riziko myslieť a vhodným postupom ho minimalizovať.

Ak chcete znížiť riziko nákazy zákernou baktériou, ktorá môže mať fatálne dôsledky u malých detí, starších osôb au ľudí s oslabeným imunitným systémom, kupujte len zmrazené kuracie mäso, alebo to čerstvé nechajte najskôr prejsť procesom zmrazovania. Väčšina ľudí sa po nákaze síce zotaví do niekoľkých dní, ale v niektorých prípadoch môže infekcia baktériou *Campylobacter* spôsobiť tiež syndróm dráždivého čreva, reaktívnu artritídu alebo dokonca vyvolať potrat. Takže kuracie mäso najprv dobre zmrazíme, zneškodníme baktérie a až potom pripravujeme.

//