



Comment se nourrir en toute sécurité ?

Christof Mannhart



Sûr



- Boissons en bouteille ou en canette bien fermée (les boissons gazeuses sont plus sûres)
- Café ou thé chauds
- Produits laitiers pasteurisés (comme le lait)
- Œufs durs
- Aliments « secs » (par ex. pain, crackers)
- Produits alimentaires emballés industriellement
- Viande, poisson/crustacés bien cuits
- Aliments cuits et servis chauds
- Fruits et légumes pelés ou lavés par soi-même avec de l'eau irréprochable
- Eau chaude provenant d'un automate ou chauffée par soi-même à l'aide d'une bouilloire



Boil it, peel it, cook it or forget it!



A proscrire – aliments à risque



- Eau du robinet (froide ou chaude), glace/glaçons de qualité douteuse
- Boissons « ouvertes », ice slushies/slurries de qualité douteuse
- Glace à l'italienne et glace en bâton
- Produits laitiers non pasteurisés
- Œufs crus ou à la coque
- Plats tièdes
- Viande/poulet/poisson/crustacés crus ou pas assez cuits
- Fruits et légumes non lavés ou non pelés
- Salade
- Nourriture de vendeurs ambulants
- Aliments inconnus (viande, poisson/crustacés, insectes)