



# Test: Mathygiene

Kryss av for alle svar som er relevant

Skadelige mikrober finnes ofte på:  
(3 poeng)

- Rått kjøtt
- Rå fisk
- Frukt og grønt
- Yoghurt

Den beste måten å fjerne skadelige mikrober på mat er å: (1 poeng)

- Sørge for at maten er gjennomkokt
- Tilberede maten så raskt som mulig
- Tilberede mat grundig ved høye temperaturer
- Sørge for at maten er varm før vi spiser den

Kjøtt og grønnsaker bør:  
(1 poeng)

- Sorteres på samme hylle i kjøleskapet
- Skjæres opp på forskjellige skjærebrett
- Skjæres med samme kniv
- Oppbevares i et varmt underskap

Kjøling:  
(2 poeng)

- Dreper alle mikrober
- Får mikrobeveksten til å gå raskere
- Hindrer bare mikrobevekst, men dreper ikke mikrobene
- Bør settes til 4 °C eller lavere

Hvilken mat kan inneholde nyttige mikrober? (3 poeng)

- Ost
- Yoghurt
- Brød
- Rå kylling

Hvordan kan vi hindre matforgiftning?  
(2 poeng)

- Ved å oppbevare rått kjøtt / rå kylling i kjøleskapet
- Ved å tilberede kjøtt/kylling grundig før vi spiser det
- Ved å vaske rå kylling
- Ved å spise yoghurt

