

# खाद्य संहिताको तथ्य पाना #14

त पा ई ला ई संहिताका बारेमा के था हा हुनु पर्छ

WWW.HEALTHOREGON.ORG/  
FOODSAFETY

## अंकुरित बीउहरू वा सिमीहरू

OAR 333-150-0000,  
च्याप्टर 3-502.11

खाद्य प्रतिष्ठानले § 8-103.10 मा र निम्न हुनअघि § 8-103.11 अन्तर्गत उल्लेख गरिएअनुसार नियामक अधिकारीबाट भिन्नता प्राप्त गर्ने छः <sup>PH</sup>

(H) अंकुरित बीउहरू वा सिमीहरू। <sup>PH</sup>

### जनस्वास्थ्य कारणहरू:

सन् 1995 देखि, काँचो बीउ स्प्राउट्स संयुक्त राज्यमा खाद्यजन्य रोगको मान्यता प्राप्त स्रोतको रूपमा देखा परेको छ। खाद्यजन्य रोगका लागि बढी जोखिममा रहेका व्यक्तिहरूले यी उत्पादनहरूको सुरक्षा सुधार गर्न हस्तक्षेप गर्ने विधिहरू नभएसम्म काँचो अल्फाल्फा स्प्राउट्स खाना खानुहुँदैन भनी FDA र CDC ले स्वास्थ्य सल्लाहकारहरू जारी गरेको छ।

रोगजनकहरूलाई पूर्ण रूपमा हटाउन कुनै एकल उपचार फेला नपरेको हुनाले, FDA ले प्रयोग गरिएको सिँचाई पानीको माइक्रोबियल परीक्षण गर्न सिफारिस गर्छ। पर्याप्त उपकरण र योग्य कर्मचारी उपलब्ध भएमा वा निजी प्रयोगशालाहरूलाई आवश्यक परीक्षणहरू गर्न सम्झौता गर्न सकिन्छ भने प्रमाणीकरण परीक्षण खुद्रा प्रतिष्ठानमा अन-साइटमा पूरा गर्न सकिन्छ। माइक्रोबियल परीक्षणको साथ संयोजनमा गरिएको बीउ कीटाणुशोधन उपचारले दूषित उत्पादन बिक्री गर्ने सम्भावना कम गर्दछ। *E. coli* O157:H7 र *Salmonella* का दुवै रोगजनकहरूका लागि परीक्षण गरिनुपर्छ।

ताजा उत्पादन एक स्वस्थ आहारका लागि महत्वपूर्ण अतिरिक्त हो। तरपनि, स्प्राउट्स लगायत केही उत्पादन खाद्यजन्य रोगमा संलग्न छन्। काँचो र हल्का पकाइएको स्प्राउट्सहरू विशेषगरी अल्फाल्फा, क्लोभर र मुडको दानाको स्प्राउट्स धेरै प्रकोपहरूमा खाद्यजन्य रोगसँग सम्बन्धित छन्। पहिले नै बीउहरूमा रहेका अंकुरित प्रक्रियाको क्रममा परिचय गरिएका सूक्ष्मजीवहरू अंकुरित वा अंकुराउन आदर्श अवस्थाहरूमा छिटो बढ्छन्। यसका कारण, अब रेस्टुरेन्ट वातावरणमा बीउ वा सिमीहरू अंकुराउनका लागि भिन्नता र HACCP योजना हुनु आवश्यक छ।

स्प्राउट्सलाई बीउ र सिमीको अंकुरण गर्ने रूपको रूपमा परिभाषित गरिएको छ। स्प्राउट्सका उदाहरणहरूमा निम्न पर्दछन्:

- अल्फाल्फा
- क्लोभर
- सूर्यमुखी
- ब्रोकाउली
- तोरी
- मूला
- लसुन
- डिल
- मुड
- किङ्नी/पिन्टो/न्याभी दानाहरू
- सोयाबिन
- गहुँको जामुन (गहुँको घाँस)

बीउ वा स्प्राउट्समा रोगजनक जीवाणुहरूलाई पूर्ण रूपमा हटाउन देखाइएको कुनै पनि उपचार अहिलेसम्म

छैन जसले अंकुरण वा उत्पादनलाई असर नगरी खाद्यजन्य रोग निम्त्याउँछ। त्यसकारण, बीउहरू वा स्प्राउट्समा ब्याक्टेरियाको उच्च स्तरलाई बढ्नबाट रोक्नका लागि हरेक सावधानी अपनाउनुपर्छ। निम्न खुद्रा स्प्राउट उद्योग "उत्कृष्ट अभ्यासहरू" प्रयोग गर्नाले सुरक्षित र स्वस्थ उत्पादन सुनिश्चित गर्न मद्दत गर्ने छ। यी उत्कृष्ट अभ्यासहरू निम्न अनलाइनमा उपलब्ध छन्:  
<http://www.fda.gov/Food/FoodSafety/RetailFoodProtection/ucm078758.htm>



मुडको दानाका स्प्राउट्स र अल्फाल्फा स्प्राउट्सलाई रेस्टुरेन्टहरूमा सामान्य रूपमा प्रयोग गरिन्छ।

खोजी सन्ड्यालमा वा FDA को <http://public.health.oregon.gov/HealthyEnvironments/FoodSafety/Pages/variance.aspx> वेबपेजमा "स्प्राउट्सहरू" प्रविष्ट गरेर थप जानकारी OHA वेबसाइटमा उपलब्ध छ, <http://www.fda.gov>