

Hinweise für den Pilger auf dem Jakobsweg

Zubereitung von sicheren Speisen



Waschen Sie sich vor dem Essen und nach dem Toilettengang die Hände



Waschen Sie das Gemüse mit zum Trinken geeignetem Wasser; gießen Sie dazu ein paar Tropfen Lauge, die für die Zubereitung von Speisen geeignet ist, in das Wasser und tauchen Sie das Gemüse darin ein. Spülen Sie es danach mit reichlicher Wassermenge ab



Waschen Sie das Obst mit zum Trinken geeignetem Wasser und schälen Sie es dann



Spülen Sie die Trinkbehälter (Kanister, Feldflaschen usw.) mit zum Trinken geeignetem Wasser und desinfizieren Sie sie häufig



Achten Sie darauf, keine Lebensmittel oder Getränke in der Sonne stehen zu lassen



Trinken Sie nur Trinkwasser oder Wasser aus abgefüllten Flaschen



Verzehren Sie ausschließlich Lebensmittel aus Geschäften mit offizieller Genehmigung. Seien Sie sehr vorsichtig bei hausgemachten Produkten



Überprüfen Sie die Aufbewahrungsbedingungen und das Mindesthaltbarkeitsdatum auf den Etiketten der Lebensmittelverpackungen



Vermeiden Sie nicht richtig durchgebackene Kartoffelomeletts als Broteinlage. Packen Sie sie sachgerecht in Alufolie oder Frischhaltefolie und verzehren Sie sie noch am selben Tag



Sehen Sie davon ab, Speisen zuzubereiten, die Kühlung brauchen, besonders wenn als Zutaten Eier dazukommen (Kartoffelsalat, Mayonnaise, Soßen, geräucherter Fisch, Cremespeisen oder Nachtisch)



Erwärmen Sie die Nahrungsmittel, bis sie auf den Siedepunkt kommen

