

- All mat som är genomvärmd till rykande het är säker att äta. Listeria dör när maten upphettas till minst 70 °C.
- Förvara kylvaror kallt, ha 4 °C i kylskåpet.
- Tinade frysta grönsaker förvaras i kylskåp. Ät dem inom några få dagar.
- Skuren melon förvaras i kylskåp. Ät melonen inom några få dagar.
- Konsistensanpassning av mat, till exempel när den hackas, mals eller pureas på avdelningen eller beställs i avvikande konsistens från köket, medför risk för tillväxt av mikroorganismer. Det är därför viktigt att personalen är extra noga med hygien och varmhållningstemperaturen i samband med hantering.
- Mat med gelékonsistens som innehåller kött och fisk hettas inte upp före servering, och är därför en grogrund för olika mikroorganismer. Därför är god hygien och rätt förvaringstemperatur extra viktigt när mat med gelékonsistens hanteras.

Risk	Undvik	Välj i stället
Listeria	Opastöriserad mjölk	Pastöriserad mjölk
Listeria	Färskost på opastöriserad mjölk	Bredbara färskostar i ask som cream cheese, ricotta och mascarpone
Listeria	Mögel- och kittost (även om den är gjord av pastöriserad mjölk), t ex brie, gorgonzola, chèvre, vacherol och taleggio	Alla hyvelbara hårdostar som prästost, herrgård, parmesan, gruyère, manchego, emmentaler. Smältost/mjukost som räkost, skinkost och ädelost i tub eller i ask. Halloumi, mozzarella samt feta som är färdigförpackad.
Listeria	Gravad och rökt fisk som har varit förpackade mer än en vecka.	Inlagd fisk, till exempel sill Inkokt lax Gravad och rökt fisk som har varit förpackade mindre än en vecka (gäller även oöppnade förpackningar).
Listeria	Skivat köttpålägg eller paté som har varit förpackade mer än en vecka.	Lufttorkad skinka och äkta salami. Övrigt skivat köttpålägg som varit förpackade mindre än en vecka (gäller även oöppnade förpackningar).
Listeria	Kalla förpackade blandade sallader, smörgåsar och röror som innehåller rökt/gravad fisk, mögel- och kittost eller chark	Kalla sallader/röror som rödbetsallad, mimosasallad och potatissallad
Norovirus	Frysta importerade hallon	Färska hallon (även om de har varit infrysta) Frysta hallon som har kokats i en minut Fryst hallonpuré som är pastöriserad
Salmonella	Råa ägg	Tillagat ägg Pastöriserade råa ägg (säljs på dunk)
Vätecyanid	Krossade linfrön	Hela linfrön, max 1–2 msk/dag