

가정에서 하는 병조림 - 보툴리눔독소증을 예방하는 방법 Home Canning - How to Avoid Botulism

보툴리눔독소증이 무엇이고 어떻게 발생하나?

[illegible]

서수 10만에 형성될 수
환경으로 환
는을 양
없독한
가력
소강
산우
하매
습고
은하
균식
높증
리히
톨겨
보급
있습
이

가정에서 병조림을 부적절하게
하면 보툴리눔균이 서식하는 완벽한 환경을
조성하게 됩니다.

보툴리눔독소증을 예방하려면 어떤 조치를 취할 수 있나?

보통리눅스독소증을 예방하기 위해, 가정에서
병조립시극도로주의를기울이십시오. 고산성
및저산성을
다룹니다.

고산성 식품

표적
대니. 품건어효모,
오습는 담넵의의 합니 다.
시있는 비부분안함
쓰가 히병냄대식
을바 혼된큰은 을
법루 때폐든물 키서
열나 들밀 이는시
가두 만의물끓균의
탕자 을개는 다. 멸균
중는 잼러끓니을 리
은애은여 펴어보관
품품법로, 펴법세 보
식품법으로 방및 는
식식열을
성성가법대는이도
산산탕존침이광산
고고중보받끓끓고

저산성 식품

[illegible]

압력 병조림에 대해 알아야 할 사항은?

압력 물의 끓는점을 낮추고, 포화 증기를 보일 수 있는
압력솥을 사용하면 조리시간을 줄여 조리할 때
잠깐만 기다려도 되며, 이 조리법은
기름을 사용하지 않고도 맛있게 조리할 수
있습니다. 압력솥을 사용할 때는 반드시
압력솥의 압력 조절 방법을 꼭 지켜주세요.

통조림 용압용기에는 자세한 사용설명서가
있습니 다. 반드 시 이 사용 설명 서를 주 의 깊 게
따르 십 시 오. 특 히 다음 에 유 의 하 십 시 오:

- 식품은 5/10/15 파운드의 압력으로 가공할 수
있습니다. 병조림 식품에 안전한 압력의
식인치를 확인하려면 사용설명서에 있는 도표를
참고하십시오.
- 조리 시간은 식품의 종류와 유리병의 크기에
따릅니다. 조리 시간을 단축하거나,
설명서에서 권장하는 압력을 바꾸지 마십시오.
- 그런 다음 완성된 병조림 식품에 보틀리눔균이
해발 300 미터(1,000 피트) 이상의 고지대에
거주할 경우, 고도가 높을수록 물의 비등점이
낮아므로, 압력 및 조리 시간을 조절해야
합니다.
- 조리 중 적정 압력 수준에 도달하면 조리가
끝날 때까지 압력이 유지되어야 합니다.
- 정성 확인을 위해 무게를 측정하십시오. 열
계시기를 사용하여 확인하십시오. 제품
사용설명서에 적힌 권장 검사법 및 빈도를
참고하십시오.
- 밀봉이 제대로 이루어졌는지 확인하십시오. 뚜껑의 고무 패킹이
깨끗하고 올바르게 장착되었는지 확인하고,
필요하면 교체하십시오.
- 압력 상온에서 천천히 식히고, 물에 담궈
유리병 뚜껑을 다시 조이지
마십시오.

병조림에 가장 적합한 용기는?

가정 병조림용으로 제조된 내구성이 뛰어난 병을 사용하는 것이 중요합니다.

[illegible]

이것이 매우
하루 10분
독하면 사용
전혀 독하
사용 독하
를 독하
치별
장다. 오. 오.
봉다. 오. 오.
밀니시
과요이르
평중

가정 병조림용으로 빈 땅콩버터 병 등의 상업용 병은 사용하지 마십시오. 상업용 병은 내구성이 충분하지 않으므로 안전하지 않습니다.

가정에서 만든 병조림 식품에 이상이 있는 것 같으면 어떻게 하나?

보툴리눔균에 오염되어도 외관상으로 정상이고 냄새도 나지 않아 독성이 있는지 분별하기 어렵습니다.

다음과 같은 가정 병조림 식품은 먹거나 맛도 보지 마십시오:

- 외관상 상해 보이는 경우
- 거품이 생긴 경우
- 조리 중에 악취가 생긴 경우
- 뚜껑이 불룩하거나 오목하게 들어간 경우
- 병조림이 제대로 됐는지 불확실한 경우

의심스러운 용기와 내용물은 방수 용기에 넣어 폐기하십시오. 의심스러운 병조림 음식은 애완동물이나 다른 동물에게 주지 마십시오. 폐기 후에는 따뜻한 비눗물로 손을 씻으십시오. 또한 식사도구, 음식 표면, 용기 등 귀하의 손이 닿았을 수 있는 것을 전부 세척하십시오.

병조림 시 취해야 할 중요한 조치는?

레시피에서 권장하는 병의 크기나 재료의 양을 바꾸지 마십시오. 병에 내용물을 담을 때 맨 위에 권장하는 만큼의 공간을 두십시오. 안전을 위해 이미 시험을 해 본 레시피를 사용하십시오.

병조림 전체 과정 동안 손을 비눗물로 20 초 이상 씻으십시오. 잘라지거나 부딪혀 손상된 부분이 없고, 곰팡이가 없는 양질의 농산물(과일, 채소)만 사용하십시오. 보존용 식품은 병조림을 하기 전에 차가운 식수로 깨끗하게 씻어야 합니다. 농산물용 도마와 날고기, 가금류 어류, 해산물용 도마를 따로 두십시오. 재료를 준비하기 전과 후에 모든 작업대 표면을 소독하십시오. 표면 소독에 관한 자세한 정보는 [HealthLinkBC File #59a 식품 안전: 식품을 보다 안전하게 만드는 간단한 방법](#)을 참조하십시오.

집에서 만든 병조림을 서늘하고 건조한 곳에 보관하기 전에 라벨을 붙이고 날짜를 기재하십시오. 병을 개봉한 경우 남은 음식은 냉장고에 보관하고, 일주일 이내에 먹어 치우십시오. 최선의 품질을 위해 개봉하지 않은 병조림 식품은 1 년 이내에 사용하십시오.

자세한 정보

가정 병조림은 완벽하게 안전하나 정확한 방식으로 해야 합니다. 가정 병조림을 시도하기 전에 이에 대한 정보를 미리 읽어보는 것이 바람직합니다. 도서관이나 서점에 가면 관련 도서가 있습니다. 대부분의 통조림용 압력용기는 사용설명서가 들어 있습니다. 오래된 통조림용 압력용기의 사용설명서를 찾을

수 없는 경우에는 제조사에 문의하여 설명서를 받으십시오.

더 자세한 정보는 다음 웹사이트를 참조하십시오:

- [UnlockFood.ca](http://www.unlockfood.ca/en/Articles/Cooking-Food-Preparation/Home-Canning-FAQs.aspx) - 가정에서 병조림: 시작하기
- [USDA 가정 병조림 완벽 가이드](https://nchfp.uga.edu/resources/category/usda-guide#gsc.tab=0)