

Q30

お肉は生でも食べられる？

A 牛肉は生で食べられるものもあります。ただし、高齢者、子ども、妊婦など抵抗力が弱い人は生食を控えましょう。

大前提として、『豚肉』は生では食べられません。新鮮かどうかに関わらず、豚肉を生食するとE型肝炎ウイルスや食中毒菌による重い食中毒が発生する可能性があります。十分に加熱してから食べましょう。

製造過程で加熱されている加熱惣菜は問題ありませんが、生食する「ユッケ」「タルタルステーキ」「牛刺し」「牛たたき」といった牛肉料理は「食品衛生法」の規定に基づき、肉塊の表面から深さ1cm以上の部分までを60℃で2分間以上加熱する方法

またはこれと同等以上の殺菌効果を有する方法で加熱殺菌を行った後、速やかに4℃以下に冷却するなど、加工・保存・調理等における厚生労働省の基準をクリアしたもののみ食べることができます。

また、生食用食肉の加工・調理は「認定生食用食肉取扱者（都道府県知事等が適切と認める者）」「食品衛生管理者」「食品衛生責任者」等の有資格者が行い、加工設備は他の設備と区分した専用設備とするなど、生食用食肉を安全に食べられるようさまざまな規定が設けられています。