

## پیوست شماره سه

### روش سالم سازی میوه جات و سبزیجات :

الف) پاکسازی: ابتدا سبزیجات را به خوبی پاک کرده و با آب شستشو دهید تا گل و لای آن برطرف گردد.

ب) انگل زدایی: سبزیجات را در یک ظرف ۵ لیتری آب (بسته به میزان سبزی) ریخته و به ازای هر لیتر آب ۳ تا ۵ قطره مایع ظرفشویی معمولی به آن اضافه کرده و ظرف را از آب پر کنید و بهم بزنید تا تمام سبزی در داخل کفاب قرار گیرد. مدت ۵ دقیقه سبزی را در کفاب نگه دارید تا تخم انگلها از آن جدا شوند. سبزی انگل زدایی شده را از روی کفاب جمع آوری و تخلیه نمائید و ظروف و سبزی را مجدداً با آب سالم شستشو دهید تا باقی مانده مایع ظرفشویی از آن جدا شود.

ج) ضد عفونی: برای ضد عفونی سبزیجات و از بین بردن میکروبها، یک گرم (نصف قاشق چایخوری) پودر پرکلرین ۷۰٪ را در ظرف ۵ لیتری پر از آب (هر ۵ لیتر آب ۱ گرم پرکلرین ۷۰٪) ریخته کاملاً حل کنید تا محلول ضد عفونی بدست آید، سپس سبزی انگل زدایی شده را برای مدت ۱۰ دقیقه در محلول ضد عفونی کننده فوق قرار دهید تا ضد عفونی گردد.

توضیح: اگر پرکلرین در دسترس نباشد می توانید از هر ماده ضد عفونی کننده مجاز دیگری که در داروخانه ها، سوپرمارکتها و ... عرضه می شود طبق دستورالعمل مصرف آن، استفاده نمائید.

د) آبکشی : سبزی ضد عفونی شده را مجدداً با آب سالم بشوئید تا باقی مانده کلر از آن جدا شود و سپس مصرف نمائید. سبزیجات ضد عفونی شده را از محلول بیرون آورده با آب سالم چندین بار شستشو دهید.