

ỦY BAN NHÂN DÂN THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
TRƯỜNG CAO ĐẲNG LÝ TỰ TRỌNG THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
KHOA **MAY THỜI TRANG**



SVTH: 1. NGUYỄN NHẬT HUY - MSSV:20001242
 2. NGUYỄN THỊ THANH HOA - MSSV:20001199
 3. TRƯƠNG QUANG KHIÊM - MSSV:20001937

BẢO QUẢN CHẢ LỰA

Ngành học: Kỹ thuật làm bánh

Lớp học: 20T4-KLB1

TIỂU LUẬN MÔN **THƯƠNG PHẨM VÀ AN TOÀN THỰC PHẨM**

GVGD: Ths. **PHẠM THỊ THANH THÚY**

Thành phố Hồ Chí Minh – 2021

LY TU TRONG
COLLEGE

BẢO QUẢN CHẢ LỰA

Lớp học: 20T4-KLB1

(Ký và ghi rõ họ và tên)

0

MỞ ĐẦU

Thực phẩm và an toàn thực phẩm là môn học cho chúng ta biết về kiến thức của những loại thực phẩm, những vi khuẩn có lợi và hại và giúp chúng ta cách né và sử dụng vi khuẩn có lợi đúng cách, ngoài ra bộ môn này còn giúp chúng ta biết về một số sản phẩm, nguyên nhân khiến thực phẩm hư hỏng, công dụng của loại thực phẩm và khi ta sử dụng quá nhiều sẽ gây ra những tác dụng phụ gì.

MỤC LỤC

PHẦN I CƠ SỞ LÝ LUẬN

+Vi khuẩn Escherichia coli.....	3
+ Salmonella	3
+ Vibrio	4
+ Staphylococcus	4
+Vi khuẩn proteus	5

PHẦN II CƠ SỞ THỰC TIỄN

+Thực phẩm sạch là gì?.....	6
+Lợi ích của Chả lụa.....	7
+Nguyên nhân khiến Chả lụa hỏng.....	8
+Cách bảo quản Chả lụa.....	11

PHẦN III KẾT LUẬN

Chả lụa có thể giúp ta những gì?.....12

TÀI LIỆU THAM KHẢO.....12

Danh sách phân chia thành viên trong nhóm :

- + Nhật Huy : **Phần I**
- + Quang Khiêm : **Phần 2 [Thực phẩm sạch - Lợi ích của chả lụa]**
- + Thanh Hoa : **Còn lại**

Phần I: CƠ SỞ LÝ LUẬN

1. Vi khuẩn Escherichia coli:

Vi khuẩn Escherichia coli là một vi khuẩn thường sống trong ruột của người và động vật. Hầu hết các loại vi khuẩn E. coli được biết đến với tác hại là nguyên nhân gây ra tiêu chảy tạm thời và thoáng qua, hay một số những nhiễm trùng nặng đường ruột dẫn đến bệnh cảnh nặng hơn với tiêu chảy, đau bụng và sốt. Gia súc là ổ chứa vi khuẩn e.coli quan trọng nhất, đặc biệt là những loài động vật ăn cỏ nhai lại như trâu, bò, dê, cừu. Vi khuẩn escherichia coli cư ngụ trong đường ruột của những loài vật này và được đào thải ra môi trường qua phân của chúng. Người cũng có thể coi là ổ chứa vi khuẩn ecoli do đóng vai trò trong việc lây truyền người - người.

2. Salmonella:

là một loại vi trùng (vi khuẩn) có thể gây một chứng bệnh ruột non người và động vật gọi là bệnh nhiễm Salmonella. Tuy hiếm xảy ra nhưng bệnh nhiễm salmonella có thể truyền từ ruột sang máu và đến những nơi khác trong cơ thể. Mọi người ai cũng phải phòng ngừa để tránh bị nhiễm Salmonella, nhưng nguy cơ bị nhiễm bệnh cao nhất nơi trẻ em nhỏ, người lớn tuổi, phụ nữ mang thai và những người có hệ miễn dịch yếu. Người ta thường bị nhiễm Salmonella qua việc ăn thức ăn bị nhiễm vi trùng, hoặc là còn sống hoặc không được nấu chín đúng cách, hoặc uống thức uống bị nhiễm trùng. Những loại thực phẩm có thể gây nhiễm bệnh Salmonella gồm thịt gà, trứng, các loại thịt khác, rau cải tươi, các hạt nảy mầm, sữa và bơ đậu phộng, nhưng các loại thực phẩm khác cũng có thể truyền Salmonella. Thực phẩm bị nhiễm vi trùng này thường không có mùi **gì cũng không có vẻ**

gì khác thường. Nấu chín thức ăn sẽ diệt được vi trùng này và rửa tay sạch ngăn chặn được tình trạng lây truyền Salmonella

3.Vibrio

Vibrio là một chi của vi khuẩn gram âm, sở hữu một hình dạng cong-que (dấu phẩy), một vài loài trong số đó có thể gây ra ngộ độc thực phẩm, thường kết hợp với ăn hải sản chưa nấu chín. Thường được tìm thấy trong nước muối, các loài *Vibrio* là loài vi khuẩn kỵ khí thử nghiệm dương tính với chất oxy hoá và không hình thành bào tử. Tất cả các thành viên của chi là cử động dễ dàng và có cực roi với lớp vỏ. Các loài *Vibrio* thường có hai nhiễm sắc thể, điều này không bình thường đối với vi khuẩn. Mỗi nhiễm sắc thể có nguồn gốc sao chép riêng biệt và độc lập, và được bảo tồn cùng nhau theo thời gian trong chi. Các phylogenies gần đây đã được xây dựng dựa trên bộ gen (phân tích trình tự đa điểm). Một số loài *Vibrio* là mầm bệnh. Hầu hết các chủng gây bệnh có liên quan đến viêm dạ dày ruột, nhưng cũng có thể nhiễm trùng vết thương hở và gây nhiễm trùng huyết. Chúng có thể được mang theo bởi nhiều động vật biển, chẳng hạn như cua hoặc tôm, và đã được biết là gây nhiễm trùng gây tử vong ở người trong quá trình tiếp xúc. Nguy cơ mắc bệnh lâm sàng và tử vong tăng với một số yếu tố, chẳng hạn như bệnh tiểu đường không kiểm soát được, nồng độ sắt tăng cao (xơ gan, bệnh hồng cầu hình liềm, bệnh hemochromatosis) và ung thư hoặc các tình trạng suy giảm miễn dịch khác.

4.Staphylococcus:

Tụ cầu (Staphylococcus) là các cầu khuẩn gram dương, có đường kính khoảng 1 micromet, chúng thường nằm tụ với nhau tạo thành từng cụm, có hình thái giống chùm nho. Hầu hết các Staphylococcus cư trú chủ yếu ở da và màng nhầy. Thông thường, các tụ cầu này vẫn có mặt ở cơ thể người (chủ yếu trên da) nhưng không gây bệnh hoặc chỉ gây nhiễm trùng da nhẹ. Tuy nhiên, khi các vi khuẩn tụ cầu xâm nhập sâu hơn vào máu, khớp, phổi hay tim thì có thể dẫn đến tình

trạng nhiễm trùng nghiêm trọng, gây nguy hiểm cho tính mạng người bệnh. Hiện nay có khoảng 32 loài *Staphylococcus*, nhưng đặc trưng nhất có thể kể đến là 3 loài:

***Staphylococcus aureus* (tụ cầu vàng)**

***Staphylococcus epidermis* (tụ cầu da)**

***Staphylococcus saprophyticus* (tụ cầu hoại sinh)**

Trong 3 loài trên, phổ biến nhất chính là tụ cầu vàng. Vi khuẩn *Staphylococcus aureus* thường ký sinh ở da và mũi họng, chúng gây bệnh cho những người bị suy giảm sức đề kháng. Một điều khiến các bác sĩ đau đầu với những bệnh nhiễm trùng do vi khuẩn tụ cầu vàng gây ra đó chính là khả năng kháng kháng sinh của chúng. Hiện nay, một vài dòng *Staphylococcus aureus* còn đề kháng với tất cả các loại kháng sinh trừ Vancomycin, số lượng những dòng này đang ngày một tăng lên khiến việc điều trị những bệnh do vi khuẩn tụ cầu vàng gây ra càng thêm khó khăn.

5. Vi khuẩn proteus

Vi khuẩn proteus là vi sinh vật bình thường của ruột người và khu trú các hốc tự nhiên của cơ thể, bình thường vi khuẩn proteus không gây bệnh khi gặp điều kiện thuận lợi mới gây bệnh. Là loại vi khuẩn cơ hội, ngoài gây tiêu chảy, nếu chúng ở ngoài đường tiêu hóa có thể gây ra viêm đường tiết niệu, ngoài ra còn có thể gây viêm tai giữa, nhiễm khuẩn huyết, viêm mủ vết thương, viêm màng não sau viêm tai giữa...

Vi khuẩn proteus là vi khuẩn gram âm, có lông và di động mạnh, chúng có thể sinh sống tốt khi nuôi cấy trên môi trường thông thường. Người ta nhận thấy có 3 loại *Proteus* gây bệnh cho người bao gồm *mirabilis* (*mirabilis*), *vulgaris*

(vulgaris) và penneri (penneri). Hay gây bệnh hàng đầu trong số đó là mirabilis (P. mirabilis).

PHẦN II CƠ SỞ THỰC TIỄN

Thực phẩm sạch là gì?

Theo đúng nghĩa đen, thực phẩm sạch là thực phẩm không chứa “**chất bẩn**”. Vậy chất bẩn ở đây được hiểu là gì? Là tất cả những gì có thể và có nguy cơ gây độc hại cho sức khỏe như các hóa chất độc hại từ thuốc trừ sâu, các ion kim loại nặng từ đất và nước, ... hay đơn giản là các bụi bẩn từ môi trường nhiễm vào sản phẩm trong suốt quá trình sản xuất và phân phối thực phẩm. Như vậy nếu trong chuỗi sản xuất và phân phối thực phẩm có một giai đoạn bị nhiễm bẩn thì thực phẩm đó cũng không thể coi là **thực phẩm sạch**. Ví dụ thực phẩm không thể gọi là "**SẠCH**" mặc dù được vận chuyển trong xe lạnh, nhân công sơ chế mặc đồ bảo hộ đảm bảo vệ sinh nhưng lại sản xuất tại vùng đất bị nhiễm khuẩn hoặc quá trình sản xuất đảm bảo đạt chuẩn nhưng lại vận chuyển trong xe bị nhiễm bẩn và người đóng gói bị mắc bệnh truyền nhiễm! Vì vậy **THỰC PHẨM SẠCH ĐÚNG NGHĨA** phải đảm bảo sạch toàn bộ chuỗi từ khâu sản xuất đến khâu phân phối!



Hình 1.1: Hình ảnh minh họa

Sau khi nói về thực phẩm sạch thì bây giờ chúng ta đến với 1 loại thực phẩm phổ biến hiện nay là " Chả lụa ".

Chả lụa, giò lụa hay giò chả (Từ phổ thông) là tên gọi của món ăn được làm từ hai nguyên liệu cơ bản là thịt nạc thăn lợn già nhuyển kết hợp với nước mắm ngon, gói trong lá chuối và luộc chín.

Thịnh hành trong ẩm thực Việt Nam từ Bắc xuống Nam như một món ăn vừa phổ thông vừa sang trọng, giò lụa giòn và thơm đậm mùi thịt tươi luộc cộng với mùi đặc trưng của lá chuối tươi được luộc chín.



Hình 1.2: Chả lụa

Chả lụa thường đi kèm với xôi hoặc có thể ăn đơn giản là chấm với muối tiêu và còn nhiều cách ăn tùy vào khẩu vị mỗi người.

Vậy chả lụa có gì tốt cho sức khỏe?

Chả lụa có thành phần chính từ thịt nạc heo. Mà thịt heo là nguồn quan trọng cung cấp lượng lớn protein và các chất khoáng như sắt (Fe), đồng (Cu), magiê

(Mg), photpho (P).... Ngoài ra thịt còn cung cấp nhiều vitamin khác cần thiết cho cơ thể chúng ta. Vậy thì trong chả lụa chắc chắn có protein rồi.

Giò lụa, chả lụa được chế biến chủ yếu từ thịt nạc, hàm lượng mỡ ít, được gói lá chuối và luộc chín không qua chiên xào nhiều dầu mỡ.

Dựa theo chỉ số của viện y tế, bộ dinh dưỡng đưa ra thì trong 100g chả lụa chỉ chứa 136 kcal, 73g nước, 21.5g protein và 5.5g chất béo.

Như vậy đã rõ, cứ 100g chả lụa chứa 21.5g chất đạm. Có thể thấy hàm lượng kcal của chả lụa cũng rất thấp vì vậy không phải lo việc ăn chả lụa sẽ bị béo hay mập đâu nhé.

Sau khi nói về phần dinh dưỡng thì chúng ta đi đến những nguyên nhân khiến chả lụa hỏng và cách bảo quản chả lụa đúng cách.

Những nguyên nhân khiến chả lụa hỏng

1. Chất lượng của thịt

Loại thịt là một trong những yếu tố quan trọng quyết định cấu trúc thành phẩm giò chả. Các loại thịt lợn sau khi mổ 4 - 5 tiếng, lúc này các sợi protein đã qua quá trình biến đổi cấu trúc khiến thịt không có độ kết dính, dai sau khi chế biến giò lụa.

Loại thịt là một trong những yếu tố quan trọng quyết định cấu trúc thành phẩm giò chả

Bên cạnh đó, chất lượng thịt cũng là yếu tố quan trọng không kém, việc chọn các loại thịt heo như thịt lợn bơm nước, các loại lợn bơm thuốc kích thích tăng trọng,... không chỉ khiến làm giảm chất lượng giò lụa mà còn có thể ảnh hưởng đến sức khỏe người dùng.

Để giúp thành phẩm không bị vỡ, nhão sau khi chế biến, bạn cần ưu tiên chọn loại thịt đùi sau của heo mới mổ, còn tươi ngon, thớ thịt đỏ. Tuy nhiên việc chọn thịt heo mới mổ cũng là một trong những vấn đề khá khó khăn, nếu bạn không mua được thịt heo mới mổ, bạn có thể chọn phần thịt mông heo đã mổ sẵn được bán bên ngoài. Và giò chả sẽ không có độ dai và thơm như phần đùi thịt heo mới mổ.



Hình 1.3: ảnh minh họa

Chọn thịt đùi heo nóng

Lưu ý: Thịt heo nóng làm giò chả tuyệt đối không rửa qua nước khi mới mua về. Trước hết, bạn cần sơ chế thịt bằng cách cắt thịt thành từng miếng mỏng sau đó giữ chúng ở ngăn đông tủ lạnh.

2. Chất phụ gia

Khâu lựa chọn nguyên liệu và quy trình thực hiện cầu kỳ để có miếng giò lụa dai, giòn và mịn đã trở nên khá khó khăn khi thịt lợn tăng trọng rất bở. Chính vì vậy nhiều cơ sở đã lạm dụng các chất phụ gia độc hại. Điển hình một trong những chất phụ gia giúp tăng độ dai của giò lụa là chất hàn the, một trong những phụ gia Bộ y tế cấm dùng.



Hình 2.1:Giò lụa sử dụng chất hàn the Hình 2.2:Giò lụa không dùng chất hàn the

Việc sử dụng hàn the cho giò lụa sẽ gây ảnh hưởng lớn đến sức khỏe người sử dụng.

3. Thời gian và nhiệt độ hấp

Việc hấp giò lụa ở thời gian quá lâu sẽ khiến mỡ trong chả bị thất thoát ra bên ngoài, làm cho chả bị khô, không còn ngon. Ngược lại, hấp ở thời gian ngắn sẽ khiến chả bị sống và khó bảo quản lâu được.



Hình 3.1: Giò chả hấp chưa chín



Hình 3.2: Giò chả bị chảy mỡ

Chính vì vậy quy trình luộc giò lụa cũng rất quan trọng, nước trong nồi phải thật sôi mới thả giò vào hấp. Giò phải được hấp vừa đủ chín, không quá lửa cũng không non quá. Thường với gói giò 1 kg thì luộc khoảng 1 tiếng đồng hồ là hoàn tất. Tương tự như vậy, với cây giò nửa kg thì giảm thời gian hấp giò xuống còn một nửa

4.Quá trình xay giò chả

Trong quá trình xay thịt sẽ tạo ra lực ma sát làm tăng nhiệt, điều này khiến cho các cấu trúc protein trong thịt dễ bị biến đổi gây thịt bị bở, kém dai, giòn.

Cách bảo quản chả giò

Giò chả thường được làm từ thịt lợn nạc, ngoài ra còn có thịt mỡ, nước mắm, tiêu và các gia vị khác. Vì thế nên giò thường không để lâu ngày được. Thông thường giò chả chỉ để được khoảng 1 – 3 ngày tùy điều kiện nhiệt độ.

Mỗi khi sử dụng, nhiều người không biết bao bọc, bảo quản kỹ càng khiến vi khuẩn, nấm mốc xâm nhập, dẫn đến hư hỏng. Nếu ăn phải giò bị ôi thiu, để lâu ngày sẽ có nguy cơ bị đau bụng, tiêu chảy, thậm chí là ngộ độc.

Cách bảo quản giò lụa, giò bò, chả là cho vào ngăn mát tủ lạnh hoặc khu vực có nhiệt độ dưới 25 độ C. Nếu để chúng trong ngăn mát tủ lạnh thì có thể để được từ 4 – 6 ngày. Còn ngăn đá có thể giữ giò chả được trong khoảng 10 - 20 ngày.

Giò được bảo quản trong ngăn đá phải được rã đông trước khi ăn. Bạn có thể để ở nhiệt độ phòng trong 4 tiếng hoặc cho vào ngăn mát tủ lạnh khoảng 8 tiếng trước khi ăn.

Khi bảo quản giò bằng tủ lạnh, bạn nên bao bọc giò cẩn thận bằng lá chuối. Cách này có thể giữ giò được lâu mà khi lấy ra vẫn giữ được độ thơm ngon như ban đầu.

Mỗi khi lấy giò chả ra cắt ăn, bạn cần phải bọc lại thật kỹ bằng màng bọc thực phẩm. Vì nếu để hở thì sẽ rất dễ bị vi khuẩn bên trong tủ lạnh xâm nhập, khiến giò nhanh hỏng hơn.

Sau khi tìm hiểu về lợi ích, cách bảo quản và nguyên nhân khiến chả lụa hỏng thì chúng ta đi đến phần kết

PHẦN III: KẾT LUẬN

Sau khi tìm hiểu về chả lụa thì chúng ta thấy chả lụa phần nào cũng có giúp ích cho chúng ta tuy nhiên cũng không nên ăn quá nhiều vì cái gì ăn nhiều quá cũng không tốt cho sức khỏe thay vào đó thì ăn với bánh mì, xôi thì việc ảnh hưởng đến sức khỏe cũng không đáng kể.

-HẾT-

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Nguồn : Internet

<https://mayxaygiochalua.vn/>

<https://daotaobeptruong.vn/cach-lam-gio-cha-ngon>

<https://luankha.com/cach-bao-quan-cha-lua-2/>

<https://mayviendong.vn/bai-viet/cach-bao-quan-cha-lua-khi-khong-co-tu-lanh/>

LỜI NHẬN XÉT GIÁO VIÊN HƯỚNG DẪN

1. Phần 1 không có hình
2. Chú thích hình phần 2 không đúng, thứ tự phần 2 lộn xộn
3. Lỗi hình thức: đánh máy, không đọc kỹ để kiểm tra giữa các dòng
4. Mục lục bị sai

GV1 : 6,0

GV2 : 6,0