

陽光直射和潮濕環境。判斷紅龜粿新鮮的方法，包括觀察外觀和氣味，新鮮的紅龜粿外皮應有彈性，沒有乾裂或變色現象，內餡保持濕潤，沒有異味。

食藥署也提醒，適當保存紅龜粿、檢查外觀及氣味，可幫助判斷紅龜粿的新鮮程度，確保其品質和口感，才能讓您吃的安心。

文字撰寫 | 遠見編輯群

中元普渡到，五大提醒要做到！

中元節為我國重要的傳統節日，許多廟宇、公司行號、家庭都會在農曆7月採買或製作各式供品準備中元普渡。然而，中元時節正值盛夏，高溫環境易使細菌快速滋長，一不小心就會讓供品腐壞變質，不僅祭祀的心意「走味」，更可能引發食品中毒！為了確保食品安全衛生，食藥署提供五個小撇步：

- (1)**精選食材**：選購食材時需留意其新鮮程度，避免購買已過期或品質有問題的食材。尤其是海鮮與肉類，建議當日向信譽良好的商家購買，或是選購包裝完整、有清楚標示、保存環境良好的食材，以確保食品安全。
- (2)**嚴格清潔**：食材要澈底清洗，尤其是蔬菜和水果，使用流動水清洗數次，也可搭配刷子刷洗，可有效去除蔬果表面可能的農藥殘留和微生物。

- (3)**仔細烹煮**：烹飪前，應先檢查食材是否有異味、異色或者異常變質的跡象，如有任何問題，應立即丟棄。烹煮食材時，要確保煮熟煮透，特別是肉類和海鮮，以預防食品中毒。
- (4)**避免交叉污染**：在準備及烹調食品時，例如生、熟食應分開儲存和處理，避免用同一個砧板、器具處理，或在同一個區域同時處理生食和熟食，以避免交叉污染情形發生。
- (5)**適當保存儘快用畢**：夏季天氣炎熱，儘量避免生鮮食品放置於室溫下太長時間；暫時用不到、但已備好的食材、肉類、海鮮和已烹煮過的食品也應該儘快冷藏或冷凍。而冷藏的剩餘熟食，也要在短時間內趕快食用完畢，以避免細菌孳生和腐敗。