



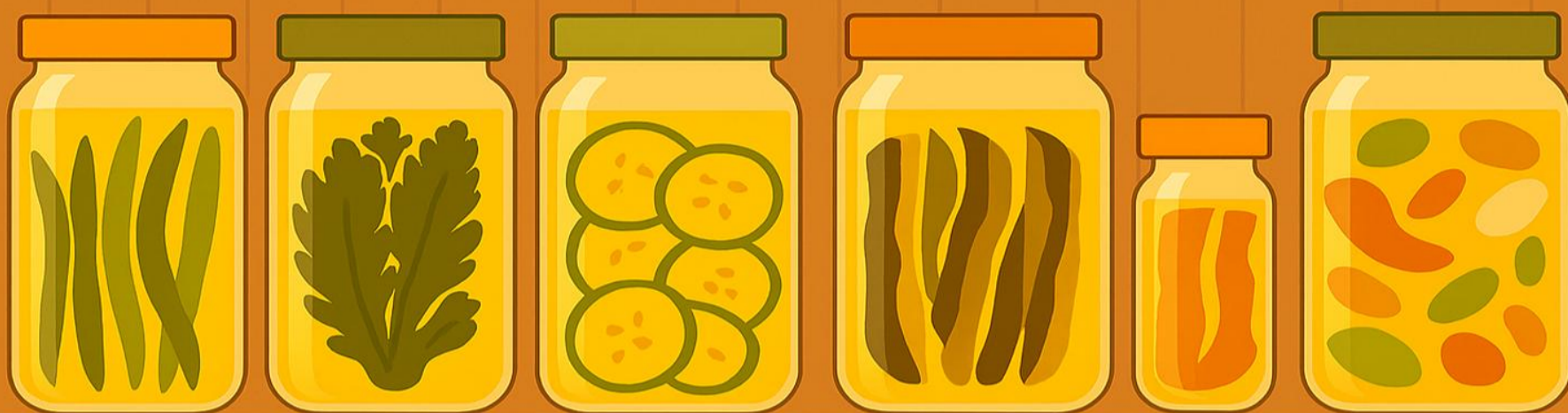
# VADEMECUM PER CONSERVE CASALINGHE SICURE

Ordine cronologico delle buone pratiche

## 1 Igiene personale e degli ambienti

- Lavare accuratamente le mani con acqua e sapone, prima e durante la preparazione
- Rimuovere eventuali anelli, bracciali e orologi
- Evitare di lavorare con ferite aperte sulle mani; se necessario, usare guanti monouso puliti
- Mantenere l'ambiente di lavoro pulito, ordinato e ben areato
- Pulire accuratamente le superfici di lavoro, utensili e attrezzature prima dell'uso
- Evitare la presenza di animali domestici, polvere, insetti nei luoghi di lavorazione
- Evitare di tenere saponi e detersivi nel tavolo di lavoro





## VADEMECUM PER CONSERVE CASALINGHE SICURE

Ordine cronologico delle buone pratiche

### 2 Pulizia dei contenitori

- Lavare vasetti, tappi e guarnizioni con normale detersivo per le stoviglie, a mano o in lavastoviglie
- I vasi di vetro possono essere utilizzati più volte, i tappi metallici e le guarnizioni devono essere sostituiti ad ogni preparazione
- Mantenere i contenitori puliti e protetti fino al momento dell'invasamento. Nel caso in cui si proceda con l'invasamento a caldo (come per esempio per marmellate e confetture) può essere utile tenere i vasi di vetro ad una temperatura prossima ai 50°C per evitare un eccessivo shock termico al vetro durante l'invasamento. Prestare attenzione a non provocarsi scottature dovute all'elevata temperatura dei vasi





## VADEMECUM PER CONSERVE CASALINGHE SICURE

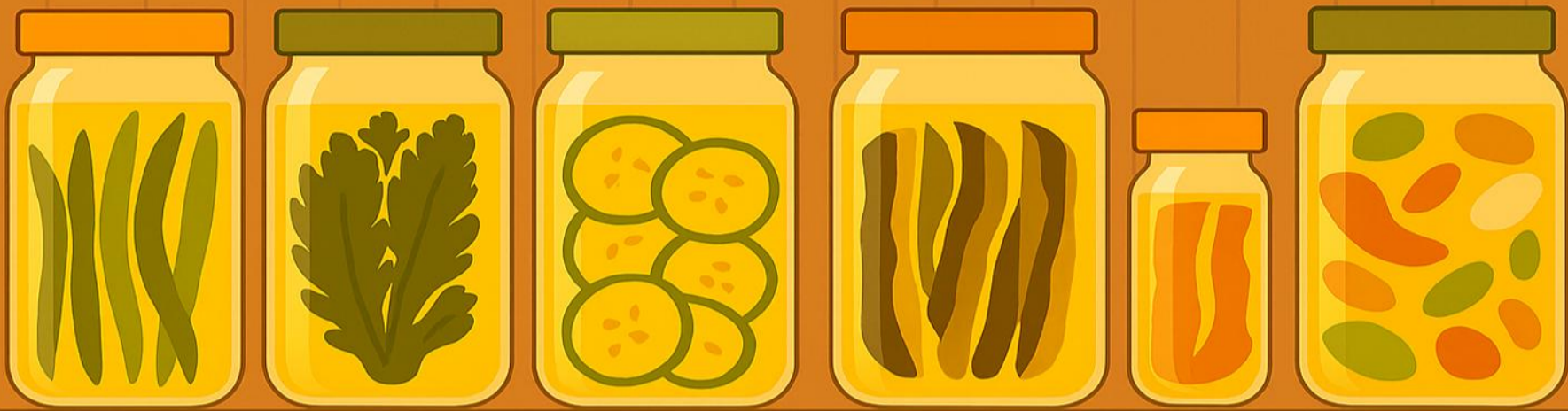
Ordine cronologico delle buone pratiche

### 3 Selezione e preparazione degli ingredienti

- Scegliere ingredienti freschi, integri, maturi, senza marciume o ammaccature, possibilmente di stagione
- Lavare accuratamente gli alimenti con acqua potabile corrente
- Eliminare terra, parti deteriorate e residui di corpi estranei
- Sbucciare, tagliare se richiesto dalla ricetta
- Usare aceto (possibilmente di vino, con almeno il 6% di acidità), succo di limone, sale marino o di salgemma, zucchero semolato come da ricetta
- Non modificare gli ingredienti critici (quantità di acido, sale o zucchero). Nelle conserve acidificate il pH finale deve essere minore di 4.2. Per il sale le salamoie devono essere al 10%; in alternativa salare a secco a strati. Per lo zucchero utilizzare dosaggi 1:1 con la frutta oppure compensare acidificando.



*Vedi schede di approfondimento*



# VADEMECUM PER CONSERVE CASALINGHE SICURE

Ordine cronologico delle buone pratiche

## 4 Pretrattamenti (se previsti)

- Alcuni alimenti richiedono:
  - ✓ Scottatura e raffreddamento rapido (blanching) in acqua o ghiaccio
  - ✓ Acidificazione mediante sbollentatura in acqua e aceto in parti uguali
  - ✓ Immersione in salamoia o sciroppo
  - ✓ Cottura (per confetture e marmellate)
- Seguire tempi e temperature indicati dalla ricetta
- Dopo il trattamento, asciugare bene se si prepara una conserva sott'olio





# VADEMECUM PER CONSERVE CASALINGHE SICURE

Ordine cronologico delle buone pratiche

## 4a Tempi di trattamento per prodotti vegetali più comuni

### TRATTAMENTO PRODOTTI

PRODOTTO	Tempi di scottatura (min)
<b>Asparago coltivato</b>	
a gambo piccolo	2
a gambo medio	3
a gambo grande	4
<b>Barbabietola</b>	lessare
<b>Broccolo</b>	3
<b>Carciofo</b>	7
<b>Carota intera</b>	5
tagliata a dischi o a strisce	2
<b>Cavolino di Bruxelles</b>	
testa piccola	3
testa media	4
testa grande	5
<b>Cavolfiore</b>	3
<b>Cavolo affettato</b>	1,5
<b>Cavolo rapa</b>	3
<b>Cipolla</b>	3-7
<b>Fagiolo schiacciato o verde</b>	3
<b>Fungo intero</b>	5
senza gambo	3,5
<b>Melanzana</b>	4
<b>Peperone</b>	3
<b>Piselli</b>	1,5
<b>Rapa</b>	2
<b>Zucca</b>	lessare





# VADEMECUM PER CONSERVE CASALINGHE SICURE

Ordine cronologico delle buone pratiche

## 5 Invasamento

- Invasare a caldo, se previsto, per favorire la formazione del sottovuoto
- Preparare contenitori di piccole dimensioni che possono essere consumati in breve tempo
- Lasciare uno spazio libero (1–2 cm) tra alimento e bordo del contenitore
- Assicurarsi che gli alimenti siano completamente sommersi dall'olio (utilizzando gli appositi distanziatori)
- Eliminare eventuali bolle d'aria usando una spatola pulita
- Pulire il bordo del vaso prima di chiudere
- Chiudere con tappi integri ed ermetici, adatti alla tipologia di conserva





## VADEMECUM PER CONSERVE CASALINGHE SICURE

Ordine cronologico delle buone pratiche

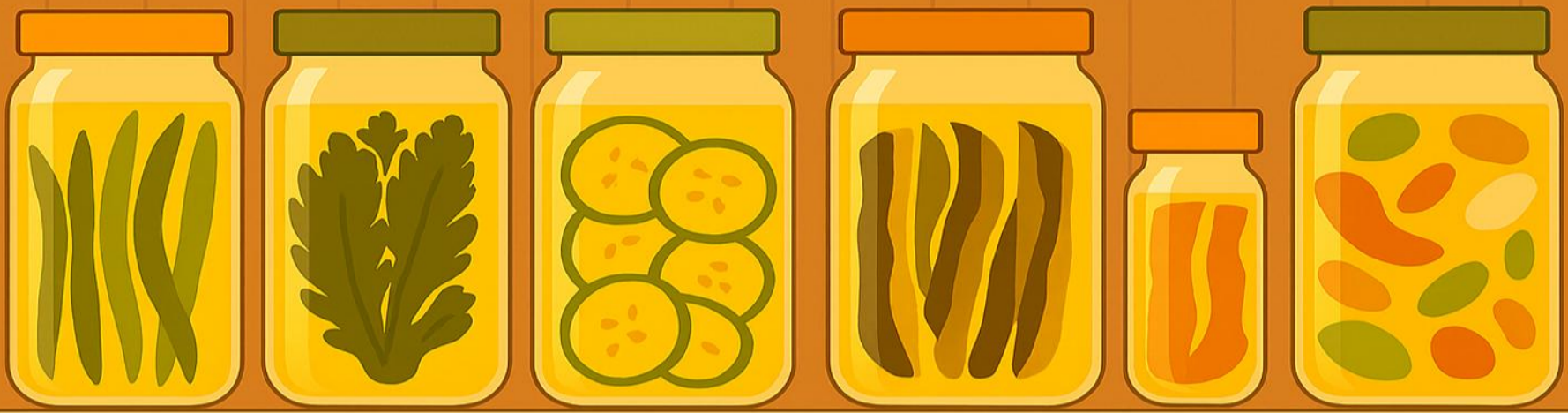
### 6 Pastorizzazione delle conserve

- Dopo l'invasamento, effettuare il trattamento termico finale:
  - ✓ Immergere i vasi in una pentola contenente acqua a temperatura ambiente
  - ✓ Assicurarasi che l'acqua copra completamente i vasi
  - ✓ Portare l'acqua ad ebollizione avendo cura di mantenere la temperatura costante per tutta la durata del trattamento. Per vasi da 350-500 g sono sufficienti 15-20 minuti



- Lasciare raffreddare lentamente a temperatura ambiente





## VADEMECUM PER CONSERVE CASALINGHE SICURE

Ordine cronologico delle buone pratiche

### 7 Verifica del sottovuoto

- Dopo il raffreddamento, verificare che il tappo:
  - ✓ Non sia rigonfio
  - ✓ Non faccia "click" alla pressione (segno di vuoto)
- Controllare che non ci siano perdite, bolle o anomalie visive





# VADEMECUM PER CONSERVE CASALINGHE SICURE

Ordine cronologico delle buone pratiche

## 8 Etichettatura e conservazione

- Etichettare ogni contenitore con:
  - ✓ Data di produzione
  - ✓ Tipo di conserva
  - ✓ Ingredienti critici, se necessario



- Conservare in luogo fresco, asciutto e lontano da fonti di luce e calore (15–20 °C ideali)
- Controllare periodicamente lo stato dei vasi: ruggine, rigonfiamenti o fuoriuscita di liquido





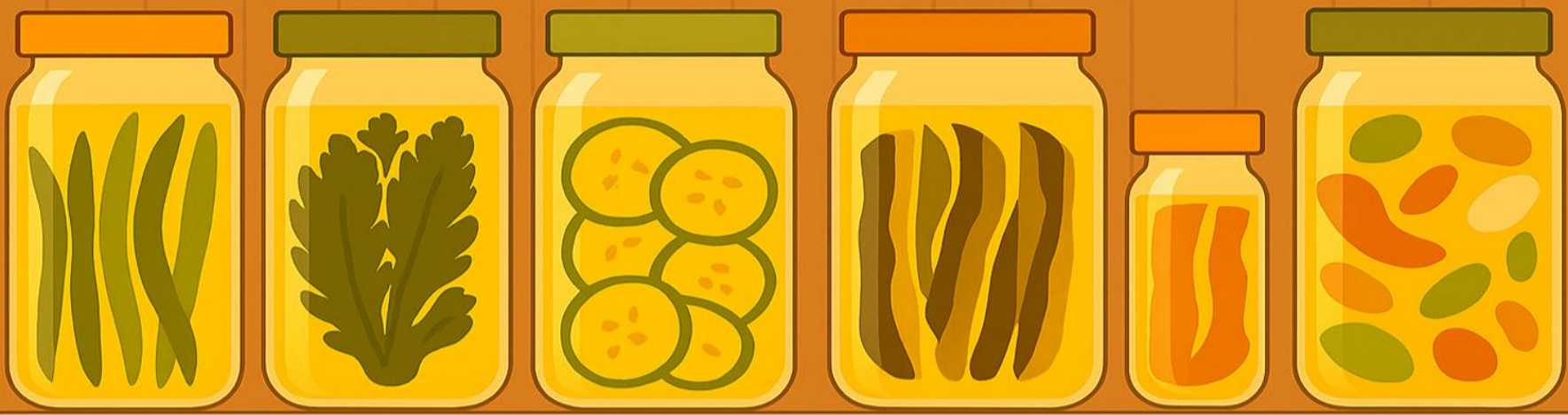
## VADEMECUM PER CONSERVE CASALINGHE SICURE

Ordine cronologico delle buone pratiche

### 9 Prima dell'apertura

- Ispezionare attentamente i vasi per escludere la presenza di eventuali anomalie come:
  - ✓ rigonfiamento delle capsule di chiusura
  - ✓ sversamenti di liquido all'esterno
  - ✓ presenza di gas all'interno del vaso (presenza di bollicine che salgono dal basso verso l'alto)





# VADEMECUM PER CONSERVE CASALINGHE SICURE

Ordine cronologico delle buone pratiche

## 10 Dopo l'apertura

- Non assaggiare conserve con odori, colori o consistenza anomali
- In presenza di gas, rigonfiamenti o odori sospetti, non consumare



- Conservare in frigorifero dopo l'apertura
- Consumare entro 3-4 giorni





# VADEMECUM PER CONSERVE CASALINGHE SICURE

Ordine cronologico delle buone pratiche

## 11 Sicurezza e segnalazioni

- In caso di dubbio su una conserva, smaltirla senza aprirla



- Non “assaggiare per provare”

