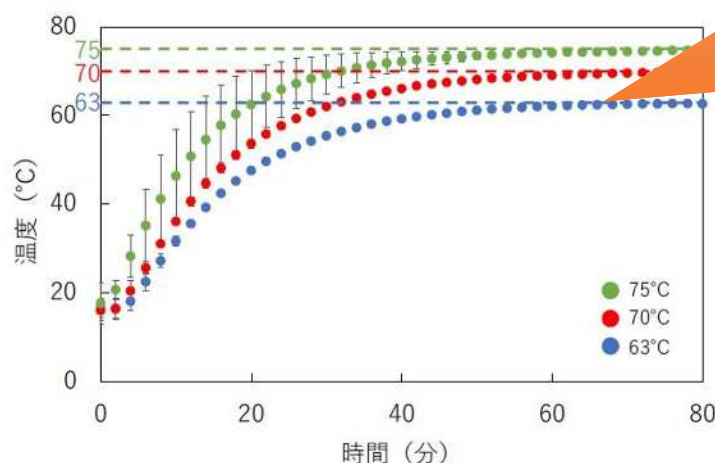


【鶏肉の低温調理を行う際の注意点】（蒸し鶏や鶏ハムなど）

- 原料にはあらかじめ調理に見合う大きさにカットした肉を使用すること。
（サイズ、重量、形は均等になるようカットした肉を使用する）
また、**中心温度75℃ 1分間と同等以上の加熱（※1）**を行うこと。



中心温度が63℃になるのに
約70分

中心温度が63℃になってから
さらに30分以上の加熱が必要

調理時間は計100分以上

【実験例】 鶏ムネ肉300g（厚さ3cm）を 63~75℃で加熱した場合の肉内部の最低温度の変化
（鶏肉の実験開始時の温度は、14℃~22℃）

食品安全委員会ホームページより（<https://www.fsc.go.jp/sozaishyuu/teionchouri.html>）

※1 「75℃で1分間加熱」と同等の加熱条件（参考）

温度	75℃	70℃	68℃	66℃	65℃	63℃
時間	1分	3分	5分	11分	15分	30分

鶏肉の低温調理では、
63℃以上の温度で
加熱しましょう！

- 加熱を十分に行うために必要な機能を有した機器を使用すること。
（水が循環する、温度調整が行えるなど）
- 真空パックした製品は、完全に水没させた状態で加熱すること。
- 調理開始時、保持時間開始前、調理終了時に中心部（※2）の温度と時間を確認すること。

※2 原料の最も厚い部分
水浴中の温度が上がりにくい場所の原料の温度についても確認すること。

- 加熱後すぐに提供しない場合は、速やかに冷却すること。

確認した中心部の温度や加熱時間などは、
記録して保管しましょう！
機器の校正記録なども保管しましょう。



問合せ先 食品事業者のHACCP取組に関する
ご相談やお問い合わせは、お近くの保健所へ

令和5年10月作成