

## Τι θα συμβεί αν φάτε κάτι που έχει πιάσει μούχλα

[/ Γενικά](#)



Πολλές φορές λυπόμαστε να πετάξουμε ένα μεγάλο κομμάτι τυρί ή το ψωμί του τوست όταν έχει πιάσει σε κάποιο σημείο λίγη μούχλα.

Είναι ασφαλές να απομακρύνουμε το εμφανώς αλλοιωμένο μέρος και να καταναλώσουμε το υπόλοιπο προϊόν; Δείτε τι λένε οι ειδικοί.

Είναι ελάχιστες οι περιπτώσεις που μπορούμε να καταναλώσουμε με ασφάλεια ένα τρόφιμο που έχει αλλοιωθεί λόγω μούχλας. Σύμφωνα με την Κριστίν Κιρκπάτρικ, διαιτολόγο από την Κλινική του Κλίβελαντ, όταν υπάρχει στην επιφάνεια ενός τροφίμου μούχλα, κατά πάσα πιθανότητα η αλλοίωση έχει προχωρήσει βαθιά, ακόμη και σε μέρη του τροφίμου που μοιάζουν να είναι εντάξει.

Παγκόσμια Ημέρα Υγείας: Πέντε συμβουλές για μεγαλύτερη ασφάλεια των τροφίμων (βίντεο με ελληνικούς υπότιτλους)

Η ειδικός επισημαίνει ότι οι κίνδυνοι για την υγεία από τέτοιου είδους έκθεση είναι αρκετοί. Η μούχλα παράγει ουσίες που ονομάζονται μυκοτοξίνες, οι οποίες μπορεί να προκαλέσουν αναπνευστικά προβλήματα, γαστρεντερικές επιπλοκές, αποδυνάμωση του ανοσοποιητικού ή αλλεργική αντίδραση. Μία από αυτές τις μυκοτοξίνες, η αφλατοξίνη, μπορεί να έχει ακόμη και καρκινογόνο δράση.

Πρέπει να εντοπίζουμε τη μούχλα μόνο από την όψη των τροφίμων, προειδοποιεί η

Κιρκπάτρικ, και ποτέ μυρίζοντας τα τρόφιμα, καθώς με την εισπνοή μπορεί να εισχωρήσουν στον οργανισμό σπόρια μούχλας.

Αν δεν είστε σίγουροι ότι πράγματι έχει πιάσει μούχλα ένα τρόφιμο, δράστε βάσει κοινής λογικής. Εάν το τρόφιμο δεν έχει τη συνήθη όψη και κυρίως αν μοιάζει σαν να είναι βρεγμένο, καλό θα είναι να το πετάξετε.

**Εξαιρέσεις**

Σκληρά τυριά όπως η παρμεζάνα, το τσένταρ και το ελβετικό κίτρινο τυρί είναι ασφαλή προς κατανάλωση ακόμη κι αν στην επιφάνειά τους έχουν εμφανιστεί τα πρώτα σημάδια μούχλας, δηλώνει η Κιρκπάτρικ. Στην περίπτωση αυτή, η μούχλα συνήθως δεν εισχωρεί βαθιά στο προϊόν.

Δεν πρέπει όμως να ξύσετε τη μούχλα πριν φάτε το τυρί, καθώς η πρακτική αυτή μπορεί να οδηγήσει να εξαπλωθούν σπόρια στον αέρα, στις επιφάνειες της κουζίνας ή σε άλλα τρόφιμα. Θα πρέπει να κόψετε το αλλοιωμένο κομμάτι τυριού σε βάθος 2,5 περίπου εκατοστών πριν καταναλώσετε το τυρί.

Το ίδιο ισχύει και για σκληρά αλλαντικά, όπως το σαλάμι ή το καπνιστό ζαμπόν. Και στην περίπτωση αυτή, δύσκολα η μούχλα που βρίσκεται στην επιφάνεια περνά στα υπόλοιπα μέρη του προϊόντος. Θα πρέπει να πετάξετε τα αλλοιωμένα μέρη κατευθείαν στα σκουπίδια και όχι στο νεροχύτη, ώστε να αποφύγετε την εξάπλωση των σπορίων.

**Πηγή:** [onmed.gr](http://onmed.gr)