



คิดซักนิดก่อน **ฟิน** กับ **ปลาร้า**

เรียบเรียงโดย นางวิไลรัตน์ เชี่ยวชาญ นักวิชาการสุขาภิบาลชำนาญการ

ปลาร้า คือ อะไร ?

ปลาร้าเป็นผลิตภัณฑ์ที่ได้จากการหมักปลา กับเกลือ มีลักษณะเป็นตัวหรือชิ้นแล้วเติมรำข้าวและ/หรือรำข้าวคั่ว และ/หรือข้าวคั่วในอัตราส่วนที่เหมาะสม และหมักต่อเพื่อให้ได้กลิ่นรสที่มีลักษณะเฉพาะของปลาร้า



หลักในการเลือกบริโภคผลิตภัณฑ์ปลาร้าให้ปลอดภัย

ปลาร้าที่บรรจุในภาชนะปิดสนิท ต้องมีฉลาก ระบุผู้ผลิต สถานที่ผลิตชัดเจน ระบุวันผลิต และวันหมดอายุ

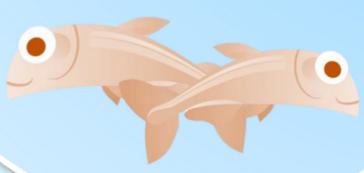
เลือกซื้อผลิตภัณฑ์ปลาร้าที่มีเครื่องหมายรับรองมาตรฐานสินค้าเกษตร

กรณีเป็นปลาร้าดิบ ควรนำไปปรุงสุกก่อนบริโภค



เลือกซื้อผลิตภัณฑ์ปลาร้ากับแหล่งจำหน่ายที่มีระบบการตรวจสอบสินค้าที่เหมาะสม ควรเลือกซื้อกับผู้จำหน่ายที่ได้รับการรับรองมาตรฐาน

ปลาร้าที่ไม่ได้บรรจุในภาชนะปิดสนิท ให้เลือกดูที่มีสีตามลักษณะเฉพาะของปลาร้า เช่น สีเหลืองอ่อน สีน้ำตาลอ่อน และกลิ่นต้องไม่หืน ไม่เหม็นสาบ ไม่เหม็นเปรี้ยว



ปลาร้าต้องปฏิบัติตาม ดังนี้



คุณลักษณะทางกายภาพ	สี กลิ่น รส ต้องเป็นธรรมชาติของปลาร้า ต้องไม่พบตัวอ่อนพยาธิตัวจิ๋ว และตัวอ่อนพยาธิใบไม้ในตับ
วัตถุดิบอาหาร	ห้ามใช้สีและวัตถุกันเสียทุกชนิด
สารปนเปื้อน	ตะกั่ว สารหนูในรูปอนินทรีย์ ปรอท และแคดเมียมต้องเป็นไปตามที่กฎหมายกำหนด
จุลินทรีย์	<i>Salmonella</i> spp. , <i>S. aureus</i> , <i>B. cereus</i> , <i>Clostridium perfringens</i> , <i>E. coli</i> , Yeast/mold ต้องเป็นไปตามที่กฎหมายกำหนด
สุขลักษณะ	สถานประกอบการต้องได้รับอนุญาตจากกระทรวงสาธารณสุข และกระบวนการผลิตต้องปฏิบัติตามหลักการทั่วไปเกี่ยวกับสุขลักษณะอาหาร
การบรรจุ	ภาชนะที่บรรจุต้องภาชนะบรรจุที่ปิดสนิท
การแสดงฉลาก	ต้องแสดงฉลากบนภาชนะบรรจุ



- ที่มา :
- ประกาศกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ เข้าถึงได้ที่ <http://www.ratchakittha.soc.go.th>
 - สำนักอาหาร สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา แนวทางการใช้วัตถุดิบอาหารและกฎหมายที่เกี่ยวข้อง เข้าถึงได้ที่ <http://food.fda.moph.go.th>.
 - วารสารเทคโนโลยีการอาหาร มหาวิทยาลัยสยาม ปีที่ ๑๐ ฉบับที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๕๗ - กันยายน ๒๕๕๘

