

Kontsumo-data gomendatua eta iraungitze-data: gauza bera al dira?

Produktuak segurua izateari noiz uzten dion adierazten du lehenbizikoak, eta bigarrenak, noiz hasten den kalitatea apaltzen

Iraungitze-data eta kontsumo-data gomendatua ez dira gauza bera. Lehenbizikoaren bidez, kontsumitzaileari adierazten zaio elikagai hori zer egunetatik aurrera ez den kontsumitu behar, ez delako egokia osasunaren ikuspegitik; kontsumo-data gomendatuarekin, berriz, erosleei jakinarazten zaie produktu baten ezaugarriek noiz arte irauten duten batera aldatu gabe, baina horrek ez du esan nahi hortik aurrera arriskutsua denik osasunarentzat. Itxuraz, argi samar dago bien arteko aldea, baina itxuraz baino ez. Izan ere, kontsumitzaileek bi kontzeptuak nahasi egiten dituztela ohartu dira Erresuma Batuko Gobernuak arduradunak, eta, ondorioz, zaborretara botatzen dituzte ontzian ageri den data pasatu duten elikagai guztiak. Horretaz gain, beren baliabideak ere ez dituzte batera ongi kudeatzen, ez baitute ohiturarik planifikatzeko eta elikagaiak egoki bilte-



giratu eta administratzeko. Elikadura-baliabideak hain zabar erabiltzeak, ondorio larria uzten du: urtean 8,3 milioi tona jaki eta edari galtzen dira alferrik, zaborretan.

┃ **Iraungitze-data.** Egundorretatik aurrera, produktua ez da kontsumitu behar, baina lasai kontsumi daiteke egundorretan bertan. Ikuspuntu mikrobiologikotik oso galkorrak diren produktuekin erabiltzen da formula hori: pasteurizatuekin (esnea, jogurtak, kremak), haragiekin edo hutsean ontziratuekin. Arrisku handiko elikagaiak dira, osasunari kalte egin diezaioketenak garaiz kanpo janda. Honako aipamen hau ageri dute etiketan edo ontzian: "Iraungitze-data" eta, jarraian, data bera (edo data non ageri den esaten duen oharra), hurrenkera honetan emana: eguna, hilabetea eta urtea. Informazio horien osagarri, elikagaia zer-nolako baldintzatan kontserbatu behar den ere adierazten da.

┃ **Kontsumo-data gomendatua.** Informazio horrek adierazten du zein egundorretan irauten duen produktu batek kontserbatze-egoera egokian, itxita dagoen bitartean. Behin egundorretan pasatzen denean, gerta liteke produktuen kalitatea apaltzea, baina ez da izaten arriskurik osasunarentzat eta lasai jan daiteke. Ur gutxi daukaten elikagaiekin erabiltzen da (olioa, lekaleak, zerealak), deshidratatuekin (pureak, zopak), esterilizatuekin (latak, esne-kaxak) eta arrautzekin.

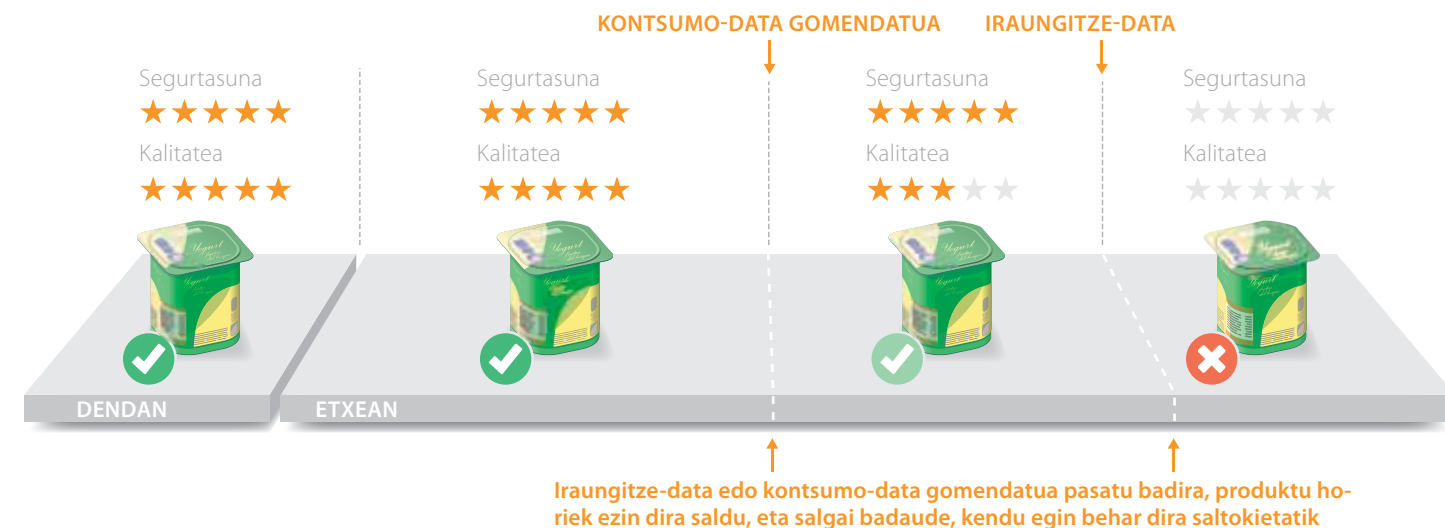
Elikagai baten kontsumo-data gomendatuaren edo gutxieneko iraupen-dataran bidez, kontsumitzaileei

jakinarazten zaie produktu batek noiz arte eutsiko dien bere ezaugarri berezietan, kontserbatze-baldintza egokietan edukiz gero, betiere. Ontzietan edo etiketek ekarri ohi dituzten aipamenetan, zer egundorretan baino lehenago jatea komeni den esaten da batzuetan ("consumir preferentemente antes del..."), eta besteetan, egundorretan ez, baizik eta hilabetea edo urtea zehazten dute ("consumir preferentemente antes del fin de o de finales de..."). Zenbaitetan, informazio hori osatu egin beharko da, eta produktua nolako baldintzatan kontserbatu behar den adierazi. Datak argi eta garbi adierazia egundorretan beharko du, hurrenkera honetan: eguna, hilabetea eta urtea. Dena den, hiru hilabetez azpiko iraupena duten elikagaietan egundorretan eta hilabetea soilik agertzen dira.

Zenbait elikagaiek ez dute behar izaten iraupen-datarik. Sail horretakoak dira fruta eta barazki freskoak (prozesatu gabek), ardoak, okintzako produktuak (berehala jatekoak), sukaldeko gatza eta ozpina, azukrea, ia osagai horrekin bakarrik egindako gozogintza-produktuak edo mastekatzeko gomak.

Iraungitze-data edo kontsumo-data gomendatua pasatu badira, produktu horiek ezin dira saldu, eta salgai badaude, kendu egin behar dira saltokietatik. Kontsumitzailearen bati "epeaz kanpoko" elikagairen bat egokitzen bazaio, eskubidea dauka saltzaileak beste bat eman diezaioten, zeinak ezin baitu pasatuta eduki iraupen-dataran edo kontsumo-data gomendatua.

Data bien arteko aldeak



Iraungitze-data

Egundorretatik aurrera, produktua ez da kontsumitu behar, baina lasai kontsumi daiteke egundorretan bertan. Ikuspuntu mikrobiologikotik oso galkorrak diren produktuekin erabiltzen da formula hori: pasteurizatuekin (esnea, jogurtak, kremak), haragiekin edo hutsean ontziratuekin.

Kontsumo-data gomendatua

Informazio horrek adierazten du zein egundorretan irauten duen produktu batek kontserbatze-egoera egokian, itxita dagoen bitartean. Egundorretan pasatzen denean, gerta liteke produktuen kalitatea apaltzea, baina ez da izaten arriskurik osasunarentzat. Ur gutxi daukaten elikagaiekin erabiltzen da, deshidratatuekin, eta arrautzekin.



Egundorretatik esaten du (1334/1999 Errege Dekretua) derrigor zehaztu behar dela gutxieneko iraupenaren aurreko tartea (kontsumo-data gomendatua) edo iraupen-dataran aurrekoa.

Eta ontzia ireki badugu?

Kontserbatze-datak (iraupeari eta kontsumoari dagozkionak) ezartzeko orduan, osasun- eta kalitate-irizpide zorrotzak hartu behar izaten ditu kontuan ekoizleak, eta kontserbatze-baldintza estandar batzuetarako balio dute (temperatura, hezetasuna, eguzki-argia), zeinak produktuen ontzietan ageri diren. Parametro horiek betetzen ez badira, produktuen bizia nabarmen laburtzen da. Bestalde, elikagaia babesten duen ontzia hondatuta edo produktua ireki egiten bada, kontserbatze-baldintzak aldatu egingo

dira, eta, ondorioz, iraupen-dataran edo kontsumo-data gomendatua ez dira izango ontzian ageri direnak, beste batzuk baizik. Gehienez, ekoizleek adierazi egiten dute ontzia ireki ondoren zer epetan kontserba daitekeen eta nola egin behar den.

Biltegia ongi ordenatuta

Elikagaiak gordetzeko hautatzen den tokiak baldintza batzuk bete behar ditu. Hasteko, produktuak ordenatuta eta ikusteko moduan edukitzeko bezain handia izatea komeni da. Horretaz gain, leku fresko, lehor eta ongi haizeztatuan egundorretan behar du biltegiak.

Giroko temperatura irauten dezaketen elikagaiak edukiko ditugu han, lekaleak, zerealak eta horien eratorriak (irina, pastak, galletak), azukrea, gatza, kafea, kakaoa, espeziak eta olioak. Higienizatze-

tratamendua hartu duten produktuentzat ere leku egokia da, baldin eta ez badira hotzetan edukitzekoak: esne esterilizatua edo kontserbak, adibidez. Horiek ere oso ongi irauten dute giroko temperatura.

Frutarik eta berdurarik gehienak ere eduki daitezke giro lehor, fresko eta oso ongi haizeztatuetan. Elikagai horiek, dena den, oso azkar hondatzen dira, eta ezinbestekoa da egundorretan-egundorretan begiratu bat ematea. Elikagaiak, ontzietan egundorretan ere, sekula ez dute egundorretan zoruaren gainean. Horretaz gain, biltegia armairu batean jarri badugu, atek eduki beharko ditu, elikagaiak babesteko kanpoaldeko eraginetatik.

Biltegian, elikagaiak ez ezik, garbiketa produktuak ere gordetzen ditu jendeak, baina ez da komeni, kutsatzeko arriskua izaten baita: elikagaien biltegian, elikagaiak soilik gorde behar dira. Erdi-kontserbak (antxoak eta) eta hutsean ontziratutako elikagai batzuk (hotz-egosiak edo fianbreak, izokin ketua) hotzetan edukitzekoak dira. Produktu pasteurizatuek oso bizitza laburra izaten dute, eta horiek ere hotzetan edukitzekoak dira.