Kaluunka loogu Talagalay in Ceeriinka lagu Cuno

BADQABKA KALUUNKA CEERIINKA AH, CEERIINKA LAGU MARQIYAY, QAYB AHAAN LA KARSHAY AMA KALUUNKA LA MARQIYAY EE QAYB AHAAN LA KARSHAY

Qaboojin

Ku qaboojinta heerkullada gaarka ah iyo waqtiyada gaarka ah ayaa dilaysa uur galayaasha ka dhasha kaluunka ceeriinka ah. Waxaad heli kartaa kaluun la qaboojiyay ama waxaad ku qaboojin kartaa kaluunka gudaha goobta.

Waxad bixin kartaa kaluun ceeriin ah haddii adigga ama dadka kaluunka kuu keena:

- Aad qaboojisaan kaluunka aadka ku xaraysaan heer qaboojin dhan ama ka hooseeya -4°F ugu yaraan 168 saacadood (7 maalmood).

AMA

- Ku qabooji kaluunka qaboow dhan -31°F ama ka hooseeya ilaa uu dhagax noqdo KUNA kaydi qaboow dhan -31°F ama ka hoose ugu yaraan 15 saacadood.

AMA

- Ku qabooji kaluunka qaboow dhan -31°F ama ka hooseeya ilaa uu dhagax noqdo KUNA kaydi qaboow dhan ama ka hooseeya -4°F ugu yaraan 24 saacadood.

Beer-badeedda

Shuruudaha barafaynta ayaa qabanaaya kaluunka la beeray ee la siiyo cuntooyinka cayayaanka nool. Waxaa jirta khatar yar oo ka dhalata dulinka ku jira kaluunka la beeray ee lagu koriyay shuruudaha gaarka ah. Waxaad bixin kartaa kaluunka la beeray oo ceriinka ah adoon qaboojin haddii:

- Kaluunka lagusoo koriyay biyaha furan AMA beer dhulka ku taala sida barkadaha kaluunka iyo taangiyada.

IYO

- Haddii kaluunka lagu quudshay cunto baakadaysan oo aysan ku jirin dulin nool.

Diiwaan haynta

Haddii aad bixiso ama iibiso kaluun ceeriin ah, ceeriinka lagu marqiyay, qayb ahaan la karshay ama qayb ahaan la karshay lana marqiyay qaab u diyaarsan in la cuno, waa qasab inaad haysaa dukumiintiga diiwaanka sheegaaya in cuntadu aysan lahayn cayayaan.

Waa masuuliyad saaran PIC inuu helo dukumiintiyada laga rabo, sida waraaq katimid dadka kaluunka kuu keena, ama uu hayo diiwaannada waqtiga/heerkulka oo goobta yaala. Waa inaad haysaa dhammaan diiwaannada muddo 90 maalmood ah kadib marka kaluunka la cuno ama la iibsho.

Waraaqaha qeybiyaha

Haddii aad hesho kaluun la qaboojiyay si looga dilo jeermiska, codso waraaq ka timaada kaluun keenaha oo ay ku qoran yihiin:

- Noocyada kaluunka la iibsaday

Hennepin County Environmental Health
479 Prairie Center Drive Eden Prairie, MN 55344
612-543-5200 | www.hennepin.us/envhealth
Fish for raw consumption_Somali_HC_6-25
Content courtesy of the Minnesota Department of Health

- Bayaanka damaanada ee sheegaysa heerkulka iyo waqtiga kaluunka la barafeeyay si loo buuxsho cabirada qasabka ah

Haddii laguu keenay kaluun la beeray, codso waraaqda kaluun keenaha oo ay ku qoran yihiin:

- Noocyada kaluunka la iibshay
- Bayaanka damaanada shabaakada ama shaqooyinka dhulka
- Bayaanka damaanada in la siiyay kaluunka cunto aan jeermis lahayn

Dhammaan waraaqaha waa inay ku qoran tahay xogta sida magaca, ciwaanka iyo meesha laga wacaayo labadaba qofka kaluunka kuu keenay iyo goobtaada.

Diiwaannada waqtiga/heerkulka

Haddii aad ku qaboojiso kaluunka goobtaada, qor noocyada kaluunka, heerkulka iyo waqtiga qaboojinta, iyo taariikhaha. La xariir kormeerahaaga si uu kaaga caawiyo abuurista habraacyo waafaqsan shuruudaha baabi'inta jeermiska.

Shardi dhaafyo

Qaar kamid ah noocyada kaluunka ayaan lahayn khatarta jeermisyo gaar ah waana laga reebayaa shuruudaha beerista ama qaboojinta. Kuwaan waxaa kamid ah:

- Kaluunka tunna ee noocyada *Thunnus alalunga*, T. *albacares*, T. *atlanticus*, T. *maccoyii*, T. *obesus*, ama T. *thynnus*. Magacyada guud ee kaluunkaan waxaa kamid ah: Yellowfin, Bigeye, iyo Bluefin ka Waqooyiga iyo Koonfurta
- Ukunta kaluunka ee laga saaray maqaarka lana dhaqay
- Kalluun qolfeedka molluscaniyo shucked scallops

Hennepin County Environmental Health
479 Prairie Center Drive Eden Prairie, MN 55344
612-543-5200 | www.hennepin.us/envhealth
Fish for raw consumption_Somali_HC_6-25
Content courtesy of the Minnesota Department of Health