

• AUTRES PRÉCAUTIONS À PRENDRE :

- » Lavez les ustensiles (planches à découper, fourchettes, couteaux...) qui ont été en contact avec de la viande crue et des légumes crus.
- » Veillez à nettoyer minutieusement les fruits et légumes et herbes aromatiques consommés crus ! Mais évitez-les quand vous mangez à l'extérieur (snack, sandwicherie, restaurant ...).
- » Mangez la viande **bien** cuite car les kystes du parasite sont détruits lors de la cuisson.
- » Soyez vigilante par rapport aux charcuteries.

**CHARCUTERIES CUITES**

Pâté, pain de viande, rillettes, langue en gelée, jambon cuit, filet de dinde, bacon grillé, saucisson de jambon, boudin, mortadelle, saucisse de Francfort ...

**CHARCUTERIES CRUES
à éviter ou à cuire**

Chorizo, salami, saucisson sec, saucisson de Lyon, lard fumé, jambon cru (Bayonne, Serrano ...) ...

DANS LE DOUTE, POSEZ LA QUESTION À VOTRE BOUCHER.