

Cinq clefs pour des aliments plus sûrs

Traduction en lingala

Fongolo minata mpo na biliya ya malamumu

Clef n° 1: Bozua ézaléli ya bopéto

- Bosokola maboko liboso yako simba bilia pe bosokolaka maboko lisusu tango nyonso na tango oyo ozali kolamba bilia;
- Bosokolaka maboko na bino soki bo huti kosala bosoto to kosumba nieyi;
- Bosokolaka maboko na bino na bisika pe biloko ya kosalela bileyi na ndenge oyo elongobani ;
- Bobatela bilia mosika na ba niama ya mike mike lokola nzinzi, mpese, ba poko mpe misusu. Botika pe ba poko na ba niama mosusu bakota na kuku te.

Mpo na nini?

Ba mikolobi oyo ya mabe mpenza bazalaka na kati ya toto pe na mayi pe lisusu na kati ya ba niama pe batu. Ba mikolobi yango ba natamaka na maboko, na ba sume na ba sani, pe mingi mingi na mabaya oyo babongisaka bileyi.

Soki ba mikolobi yango ekutani kaka ata moke na bileyi, ekopesa yo bokono oyo ba bengi bokono ya bileyi

Clef n° 2: Bo sangisaka bileyi ya mobesu na oyo balambi te

- Bosangisaka niama, soso na mbisi oyo nanu balembi te na bileyi mosusu;
- Bosalela lisusu te mpona kobongisa bilia mosusu biloko lokola mbeli mpe mabaya yako kata bilia oyo bino bo huti kosalela na yango mpona kobongisa bileyi ya mobesu
- Bobatela bilia na kati ya ba nzungu to basani oyo ezali na mofinuku mpona bilia ya mobesu esangana te na bilia oyo ebelemi mpo na koliya.

Mpo na nini?

Biliya ya mobesu mingi mingi niama, soso mpe mbisi na mayi na mbango ekoki ko zala na ba mikolobi oyo ekoki kobebisa biliya mosusu na tango oyo ozali ko bongisa yango to kobomba yango.

Clef n° 3: Botokisa biliya na ndéngé ékoki

- Botokisa biliya na ndéngé ékoki, mingi mingi niama, soso, makeyi mpe mbisi ;
- Botokisaka malamumu ba supu na lisanga ya ba ndunda. Mpona niama pe soso éséngéli mosuni na yango étika langi ya motani soki te osalela telemometele ;
- Botiya lisusu na moto malamumu biliya oyo basi balambaki

Mpo na nini?

Soki botokisi biliya malamumu, ba mikolobi oyo épésaka bokono bakokufua. Bileyi lokola niama pé soso ésengaka basaléla yango na mayélé.

Clef n° 4: biliya éséngéli ézala na moto oyo ékoki

- Botika biliya oyo ébéli na libanda koléka ngonga mibalé té;
- Ezali malamu kobomba bileyi oyo ébéli na biléyi oyo ékoki kopola noki na kati ya filigidélé;
- Bobatéla biliya oyo ésikobéla na moto mingi té na tango ya koliya yango;
- Épikisami kobomba biliya ata na malili té na té ata soki bo bombi yango nakati ya filigidélé
- Epikisami ko kitisa malili ya biliya oyo ébombanaki na kati ya filigidélé na esika ya polélé

Mpo na nini?

Na ésika ya polélé ba mikolobi oyo bazali na kati ya biliya ba botamanaka noki noki. Soki biliya ezali na malili mingi tô na moto mingi, ba mikolobi bakoki kabotama noki té. Kasi ba mikolobi misusu bakoki kobotama na tango bazali na esika ya malili mingi.

Clef n° 5: Bosalélaka na mayi pé na biloko ya kitoko

- Bosalélaka na mayi ya kitoko pé bopétolaka yango mpo na kimisa ba mikolobi
- Boponaka biliya ya kitoko pé ya sika
- Bolinga biliya oyo basali yango malamu na tina été eméma bino kokoso té na nzoto motindo “miliki ya pasteurise”
- Bosokola ba mbuma, ba ndunda na tango liboso ya koliya yango mingi mingi soki bokoliya yango ya mobésu
- Boliyaka té biliya oyo mikolo oyo étangamaki mpo na koliya yango esili koléka

Mpo na nini?

Biliya oyo nani babongisi té, mayi mpé mabanga ya malili bikoki kozala na ba mikolobi ya mabé mpénza. Biloko oyo ba bengi “poison” bikoki kobotama na kati ya biliya oyo époli.

Biliya oyo nani babongisi té, ekoki kozala malamu soki ba ponaki yango malamu, soki pé ba sokoli yango malamu.