|  |  |
| --- | --- |
| **НАЗВАНИЕ НОВОСТИ** | **О рекомендациях как выбрать красную икру** |
| **АНОНС** |  |
| **ОСНОВНОЙ ТЕКСТ** | |  | | --- | |  |   Скоро Новый год, хочется организовать угощение, создать атмосферу праздника и без красной икры не обойтись. Но выбирать икру следует правильно!  Икра лососёвых рыб, таких как горбуша, кета, нерка, семга, форель – весьма ценный пищевой продукт. Это источник легкоусвояемых белков, йода, кальция, железа, витаминов и полиненасыщенных жирных кислот.  Выбирая красную икру следует помнить, что икра может быть как натуральная, так и искусственная (и тогда на этикетке должно быть указано «икорный продукт», такая «икра» намного дешевле). Натуральные икринки рассыпчатые и цельные, имеют ядро, не имеют пленок и трещинок. Они лопаются при слабом нажатии, оболочка искусственных икринок более жесткая. Если положить икру в кипяток – натуральная икра немного побелеет и опустится на дно, а искусственная растворится и окрасит воду в розоватый цвет.  Цвет икры может различаться в зависимости от степени зрелости и породы рыбы, например алый - у чавычи, янтарный - у форели, оранжевый – у горбуши. Запах у натуральной икры слабый, рыбный, слегка копченый. Яркий окрас и сильный селедочный запах выдают искусственный или уже испорченный продукт.  Кроме того, обратите внимание на маркировку икры.  На этикетке должно быть указано название рыбы, из которой была изъята икра, дата изготовления и дата фасовки. В России красная икра заготавливается в период нереста рыб, с июня по сентябрь.  Если это зернистая икра, произведенная из мороженой икры рыб семейства лососевых, - ищите слова «произведена из мороженого сырья»; если икра, получена от гибридов рыб семейства осетровых, - наименование гибрида или сочетание видов водных биологических ресурсов (например, слова «икра зернистая русско-ленского осетра»).  Маркировка на жестяной банке обязательно должна содержать дату изготовления продукта (не расфасовки), слово «ИКРА», номер завода-изготовителя, номер смены, а также индекс рыбной промышленности - «Р». Обратите внимание, что надпись должна быть «выбита» изнутри консервной банки.  Некачественная полиграфия и отсутствие на этикетке подробной информации о продукте и изготовителе скорее всего свидетельствует о некачественном продукте.  Крышка банки не должна быть вздутой и не должна проминаться. Икра должна заполнять баночку полностью, поэтому если при встряхивании слышно сильное бульканье, такую икру не следует покупать.  Не приобретайте икру, в состав которой входит пищевая добавка Е-239 (уротропин). Ранее ее применяли как консервант, однако с 2010 года она запрещена к использованию. Разрешенными консервантами для икры остаются Е-200, Е-201, Е-202, Е-203, Е-211, Е-212, Е-213, их применение в соответствии с требованиями технологических инструкций является безопасным.  Икра относится к скоропортящимся продуктам и поэтому позаботьтесь о том, чтобы к празднику она оставалась свежей!  Хранить икру необходимо в холодильнике, при температуре, указанной на этикетке производителем. Лучше всего подойдет стеклянная или пластиковая банка. В открытой жестяной банке лучше икру не хранить, следует ее переложить в чистую сухую стеклянную банку, предварительно обработанную горячим паром или кипятком. После вскрытия банки икру следует хранить не дольше 3 суток. Если при покупке вы видите, что икра «плавает в собственном соку», а икринки - «сдувшиеся», скорее всего, такую икру уже размораживали, и ее покупать не стоит.  Не приобретайте красную икру в местах несанкционированной торговли или «с рук». Если остаются сомнения в качестве икры, попросите продавца показать документы, подтверждающие ее происхождение и качество (приходные накладные, декларацию соответствия).  Выбирайте качественную и безопасную икру и будьте здоровы!  <http://34.rospotrebnadzor.ru/> |