

РЕКОМЕНДАЦИИ ГРАЖДАНАМ: Как правильно выбрать продукты к Масленице.

Следование нижеприведённым рекомендациям поможет не только приготовить вкусные блины, но и избежать возможных отравлений на масленичной неделе.

Покупая муку для блинов, обращайте внимание на ее сорт. Самый нежный сорт муки — это высший, потому что мучные частички (0,1-0,2 мм) мельче, чем в остальных сортах. Однако в ней меньше всего полезных веществ, в отличие от муки грубого помола. Лучше покупать муку в бумажных пакетах, чтобы она могла «дышать» и дольше сохранять свои свойства. Мука должна быть без посторонних включений.

Вместо белой пшеничной муки высшего сорта можно взять овсяную, ячменную, гречневую, ржаную, цельнозерновую или их смесь. Это поможет снизить калорийность блинов и повысить их полезные свойства.

При выборе молока необходимо обращать внимание на целостность упаковки: если она нарушена, то товар покупать нельзя. Внимательно изучайте информацию о продукте, так как состав продукта не всегда соответствует его наименованию, обращайте внимание на дату изготовления и срок годности. Сырое молоко можно купить на рынке, но только если у продавца есть заключение ветеринарно-санитарной лаборатории, а перед употреблением его надо обязательно прокипятить. Хорошо делать блины на кефире, советуем выбирать продукт пониженной жирности.

Первое, на что следует обращать внимание при выборе сливочного масла, это состав. Самое главное правило: в сливочном масле не должно быть растительных жиров. Для изготовления масла используется: основное сырье (молоко коровье, сливки, молоко обезжиренное, пахта, молоко цельное сухое (для нормализации), молоко сухое обезжиренное (для нормализации)), функционально необходимые компоненты (препараты и концентраты бактериальные молочнокислых микроорганизмов), пищевые добавки (каротин (E160a), соль поваренная пищевая).

Покупая сметану, обратите внимание на наименование – должно быть четко прописано название «сметана». Под уменьшительно-ласкательными «сметанка» или «сметания» часто скрывается сметанный продукт на основе растительных жиров. Состав должен содержать сливки, закваску, молоко или молочные продукты. Никаких растительных жиров, ароматизаторов, загустителей, консервантов в традиционной сметане быть не должно.

При покупке яйца куриного необходимо помнить о том, что не допускается продажа яиц в отделах (секциях) организаций торговли, реализующих нефасованные продукты, готовые к употреблению. Запрещена реализация яиц с истекшим сроком годности, а также с загрязненной скорлупой, с дефектами. Не забывайте проверять качество яиц в местах их продажи на овоскопе.

Растительное масло после приобретения важно правильно хранить. Совершенно неправильно хранить масло в открытой емкости. Можно перелить масло в стеклянную емкость, но обязательно закрытую. Хранить емкость с маслом нужно в темном месте: закрытой полке или холодильнике, поскольку на свету разрушается ценный витамин Е – природный антиоксидант, содержащийся в масле. Используйте минимальное количество масла при выпекании блинов, чтобы снизить калорийность блюда. Старайтесь уменьшить количество сахара в рецептуре.

При покупке готовых замороженных блинов в первую очередь следует обращать внимание на внешний вид продукции, условия хранения и сроки годности. На каждой упаковке должна быть этикетка, содержащая следующие сведения: наименование продукции, состав, дату изготовления, срок годности, условия хранения, наименование и место нахождения изготовителя, показатели пищевой ценности, сведения о наличии в пищевой продукции компонентов, полученных с применением генно-модифицированных организмов (ГМО) — в случае если они применялись при производстве пищевой продукции, единый знак обращения продукции на рынке государств - членов Таможенного союза.

Блины могут быть упакованы в полиэтиленовую или картонную упаковку. Конечно, полиэтиленовая значительно упрощает выбор, ведь есть возможность рассмотреть продукт. Все блинчики должны быть примерно одинакового размера, плотно свернутыми, цвет их может быть от кремового до слегка коричневого, они не должны слипаться. Если вы увидели или поняли при встряхивании, что блины слиплись, это свидетельствует о неправильном их хранении и повторном замораживании. Еще одним признаком повторной заморозки является потемневшее

тесто блинчиков. Блины должны храниться при температуре, установленной изготовителем и указанной на этикетке продукции.

Внимательно изучите состав готовых блинов. В идеале они должны быть изготовлены из муки, молока и куриных яиц. Однако, использование в составе блинов сухого молока, яичного порошка и растительного белка не запрещено.

Главный специалист – эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике – Чувашии в г. Новочебоксарск Корнякова Ксения Евгеньевна.