

Фруктовый обман или как продают красивые, но «пустые» продукты



На прилавках магазинов, рыночных лотках, в павильонах уличных торговцев – всюду на нас призывно глядят наливные румяные яблочки, солнечно-яркие апельсины, желто-медовые бананы. Ровные ряды вечно-спелых помидор, огурцов и перцев соперничают за внимание покупателя с безупречного вида картошкой и идеального размера морковкой. Глаза и мысли разбегаются от аппетитной красоты, и трудно удержаться от желания купить всего и побольше.

СТОП! Остановитесь и не спешите. Большинство из предлагаемых покупателю овощей и фруктов в лучшем случае привлекательные и яркие пустышки – ни вкуса, ни витаминов, ни пользы в них, увы, нету. В худшем случае они могут стать причиной отравления или возникновения опасных для жизни заболеваний.

Есть ли на наших прилавках, вообще, безопасные, вкусные и полезные овощи и фрукты, и как их найти?

Какие лучше выбрать фрукты: импортные или свои?

Большая часть городских жителей наивно верит в то, что, употребляя в пищу эти красивые и аппетитные овощи и фрукты, они обеспечивают организм полным спектром витаминов и минеральных элементов. Увы, это жестокое заблуждение. Большинство этих продуктов давно не несут никакой пользы, и [витаминов](#) там практически не осталось.

Около 80% фруктово-овощной продукции на рынках – импортные, однако, видя спрос покупателей на отечественный товар, значительная часть из них «волшебным» образом становятся местными. Для повышения спроса многие продавцы меняют страну производителя на ценниках, сознательно обманывая покупателей.



Определить подобных «подменшей» можно по сопроводительным документам на товар. Такие документы продавцы обязаны иметь в наличии и предъявлять по запросу покупателя.

Источником, информирующим о происхождении товара, является сертификат, в котором имеется заполненная графа «страна-производитель», и декларация с правильным наименованием продукции. Сведения, указанные на ценнике или в характеристике товара, могут содержать ошибки или не соответствовать действительности.

Найти отечественные овощи и фрукты на городских прилавках все трудней и трудней, ведь более двух третей этих продуктов привозится из-за рубежа (данные Россельхознадзора). Яблоки завозят из Польши и Италии, Груши – из Испании, помидоры – из Турции и Китая. В современных условиях эти продукты дешевле импортировать, чем выращивать самостоятельно.

Импортные фрукты – как происходит дозревание

Заграничные фрукты поступают в Россию незрелыми. Но на прилавках магазинов они радуют взгляд покупателя уже спелыми цветами и аппетитными формами. Как же достигается такой эффект, и где дозревают импортные «гости». Оказывается, существуют специальные технологии доведения фруктов до нужной степени зрелости, и управляют ими совсем не агрономы, а химики.

Зеленые [бананы](#), к примеру, доводят до нужной стадии спелости в специальных «газовых камерах», где их обрабатывают особым «банановым газом», включающим в свой состав этилен и гликоль. Химическое вещество этилен обладает свойствами фитогормона и доводит бананы до нужной спелости без солнечного света при температуре +18°C. Стандартный срок созревания бананов в таких условиях – 6 дней. Если продавцы очень торопятся и ускоряют процесс до 10-12 часов, повышая концентрацию газа – созревшие бананы пресны и безвкусны.

В принципе, газовая обработка не имеет вредных последствий для фруктов, но и полезными свойствами они уже не обладают. При дозревании в газовых камерах витамины и минералы во фруктах не образуются, так как для этого процесса необходим солнечный свет. Вся фруктово-овощная продукция, дозревающая в искусственных условиях, содержит очень мало полезных веществ.

Почему фрукты и овощи долго не портятся и выглядят красиво?

Для того чтобы [помидоры](#), яблоки, [виноград](#) и прочие скоропортящиеся продукты не теряли товарного вида их обрабатывают специальным дымом, содержащим фунгицид. Это вещество защищает фрукты и овощи от поражения плесенью и паршой, а также препятствует образованию гнили. Фунгициды активно применяются аграриями для сохранения урожаев. Осевшее на кожуре агропродукции вещество, позволяет хранить ее на складе месяцами. Для человека фунгициды безвредны, так как легко выветриваются на свежем воздухе и без затруднений смываются водой. Намного опаснее покупать необработанные фрукты – гниение в них начинается быстрее и незаметнее.

Удивительна круглогодичная свежесть и великолепный внешний вид, предлагаемых магазинами фруктов и овощей. Как продавцам удается сохранять свежесть продуктов столь длительное время, ведь даже при идеальном домашнем хранении лишь малая часть урожая способна дожить до весны? На прилавках же весь год красуется привлекательная и «свежая» продукция. Способы достижения так называемой свежести, к сожалению, в большинстве своем, очень вредны.



Многие считают, что удивительно долгая сохранность и привлекательный внешний вид фруктов – это результат их обработки парафином. Это не совсем так. Обработку парафином, действительно, применяют на овощехранилищах, но только для овощей. Фрукты обрабатывают дифенилом. Это вещество, получаемое в результате переработки нефти, является ингибитором, способным замедлять порчу и гниение фруктов и овощей. Препарат относится к среднетоксичной группе, является сильным аллергеном и запрещен к применению в США и странах ЕС.

Обработанные дифенилом [фрукты](#) сохраняют идеальный внешний вид до полугода. Однако эти блестящие и румяные плоды практически не содержат в себе витаминов и могут вызвать большие проблемы со здоровьем. По мнению некоторых

ученых, дифенил провоцирует рак. Использование данного вещества запрещено странами Евросоюза и США на своих территориях.

Для того чтобы выяснить, покрыта ли поверхность фрукта химическим препаратом – опустите его в горячую воду. После извлечения внимательно осмотрите плод – если на коже ощущается маслянистая корка, значит, она обработана дифенилом. Ради эксперимента можете оставить такой фрукт в помещении и посмотреть сколько времени он еще сохранит внешнюю красоту и свежий вид.

Дифенил работает как заправский косметолог, помогающий 60-летней женщине выглядеть на пару десятков лет моложе. Однако, ни тот ни другой не могут сохранить «внутреннюю» молодость подопечных. Кроме токсичности препарата, опасность использования дифенила заключается и в том, что внутри красивого фрукта вполне могут идти процессы гниения. В ходе таких процессов вырабатывается опасный для человека токсин – патулин. Обладающий патогенными свойствами элемент, при попадании в организм вызывает острый токсикоз.

Важно усвоить одну вещь – дефинил не смывается простой водой. Для избавления от этого вещества, фрукты необходимо мыть с мылом и обязательно в проточной воде. Безопаснее просто очищать их от кожуры. Наличие вредного химиката на поверхности выявить просто – нужно протереть рукой фрукт – если чувствуется маслянистость, значит, он обработан дефинилом.

Самые большие расстояния приходится преодолевать весенним фруктам и овощам. От мест их выращивания до прилавков наших магазинов сотни, а то и тысячи километров. Безболезненно переносить транспортировку на дальние расстояния агропродуктам помогает парафин. Употреблять обработанные этим антикоррозийным воскообразным веществом продукты также опасно для здоровья. Всегда проверяйте слишком уж яркие и красочные овощи и фрукты на наличие поверхностной обработки химикатами.

Сухофрукты. А так ли они полезны?

Не отстают от своих свежих собратьев и сухофрукты всех мастей. Глубокие, сочные цвета, аппетитный вид и легкий блеск – так отличаются магазинные продукты от фруктов, высушенных в домашних условиях. При естественной сушке яблоки, груши, сливы, абрикосы – имеют коричневатый оттенок и не блестят ярко на солнце. Что же помогает, лежащим на прилавках, сухофруктам иметь столь привлекательный вид? Да, вы правильно догадались – они тоже проходят специальную предпродажную подготовку. Самыми распространенными способами такой подготовки являются: окуривание сернистыми ангидридами, обработка жиром или глицерином, сушка в туннельных печах, обработка каустической содой и т.д. Каждый из этих способов очень сомнителен в плане полезности и безопасности продукции, получаемой на выходе.

Если вы хотите купить плоды, высушенные в естественных условиях – обращайтесь внимание на самые невзрачные и малопривлекательные из предложенных.

Чем могут быть опасны фрукты и овощи?

При нарушении условий хранения агропродукция может стать опасной не только из-за обработки химическими препаратами. Нередко на складах и овощехранилищах обитают грызуны. Крысы, мыши-полевки и обычные домовые мыши являются переносчиками опасных заболеваний и нередко становятся причиной такой инфекции, как иерсиниоз (псевдотуберкулез). Живущие на складах и перемещающиеся по всему помещению, они заражают большинство продуктов, с которыми соприкасаются. Можно ли обезопасить себя от заражения опасной инфекцией? Можно!

Во-первых, тщательно мойте перед едой все овощи, фрукты и... руки.

Во-вторых, купленные на рынке или в магазине сельхозпродукты окуните минут на 10 в слабый раствор соли или уксуса, а лишь потом подавайте на стол.

Пестициды и нитраты – как выбрать безвредные продукты

Ни одно современное агрохозяйство, к сожалению, не выращивает овощи и фрукты без применения химикатов. Пестициды, нитраты, гербициды и гермициды – ускоряют рост растений и защищают их от вредителей.

Если все препараты применяются в меру, соблюдаются сроки и пропорции их внесения – обработанный урожай безопасен. Но далеко не все хозяйства придерживаются рекомендованных агрономами норм. Ради ранних и обильных урожаев пропорции химических веществ, часто, ощутимо увеличивают, сознательно делая овощи и фрукты опасными для людей. Чаще всего от переизбытка химикатов страдают помидоры и огурцы.

Для определения количества нитратов в продукции используют особый прибор – нитротестер, но есть и более простой способ проверки безопасности овощей.

Прочность кожуры, качество и цвет мякоти – вот лишь некоторые признаки, заслуживающие внимания при покупке. Толстая кожа у помидора, белые прожилки внутри и светлая мякоть – свидетельствуют об избыточном содержании нитратов. Помидоры, выращенные естественным способом, тонкостенны и имеют равномерно окрашенную, сочную сердцевину.



С большой долей вероятности, повышенным уровнем нитратов страдают овощи, выращенные в совхозах, арендованных китайцами. На чем основаны заморские экспресс-технологии, позволяющие получать несколько урожаев в год – доподлинно неизвестно. Конечно, всевозможные проверки контролируют наличие запрещенных веществ в почве и плодах иностранных частников, но с каждым годом появляется все больше вредных химикатов, не включенных в проверяемые списки. Иными словами, производство новых ядохимикатов значительно опережает способность государства их контролировать.

Что входит в состав секретных ингредиентов, столь сильно влияющих на скороспелость огурцов и помидоров у китайцев – загадка.

Здоровые и нитратные овощи – учимся искать различия

Для того чтобы не травиться самим и не травить своих домашних вредными [овощами](#) и фруктами, необходимо научиться отличать их по внешним признакам.

Огурцы. Основное внимание нужно обратить на кожицу – она должна быть не слишком толстой, и иметь светлую или средне-темную окраску. Пупырышки у безнитратного огурца мягкие и легко стираются пальцем, при прокалывании плода у основания должен появиться характерный «огуречный» запах. Темно-зеленый цвет и грубые упругие шипы – признак избыточного содержания нитратов.

Некоторые считают, что черные точки или вмятины на сельскохозяйственных продуктах являются признаком их натуральности – это ошибочное мнение. К сожалению, чаще всего так выглядит грибок, очень быстро поражающий именно нитратную продукцию.

Капуста. При выборе капусты нужно внимательно осмотреть ее листья – если они плотные и не слишком толстые у основания – овощ, скорее всего, безопасен для употребления.

Помидоры в домашних условиях проверяют таким способом: один из плодов опускают в емкость с водой и ставят в теплое место (возле батареи). Через два–три дня состояние томата можно проверить – если в воде плавает все такой же упругий и привлекательный плод, употреблять в пищу его не стоит.

Картофель. Гладкие и ровные клубни, слегка мягкие на ощупь – признак наличия пестицидов. Естественный картофель – плотный, упругий и хрустит при надавливании ногтем. Избыток минеральных удобрений и азота делает его мягким и ватыным. Картофель, выращенный на обочинах дорог, вреден не меньше чем перекормленный удобрениями. Растение очень активно впитывает в себя вредные вещества, которые в полном объеме попадают в клубни, а, затем, и на ваш стол. Зеленые клубни – еще одна причина отказаться от покупки этого овоща. Пятна зеленого цвета говорят о том, что картофель рос или долго хранился на солнце. В результате попадания солнечных лучей, в клубнях образовался соланин – опасный токсин, способный нанести вред здоровью даже в очень малых количествах.

Морковь. Здоровый и естественно выращенный корнеплод также не должен иметь желтых и зеленых пятен, а мякоть его должна быть твердой, хрустящей и умеренно сладкой.

В соответствии с установленными правилами и нормами, вся плодовоовощная продукция перед поступлением в продажу должна быть проверена на наличие нитратов. По объективным причинам полностью проверить каждую партию довольно сложно, поэтому анализу подвергаются лишь несколько ящиков, выбранных в произвольном порядке.

По результатам выборочных проверок, проведенных Институтом селекции и семеноводства, нормы ПДК (предельной концентрации) нитратов превышаются в основном в импортных агрокультурах.

Кроме нитратов и нитритов, овощи и фрукты могут содержать вредные пестициды, используемые для борьбы с сорняками, болезнями и вредителями. Если концентрация химических веществ превышает – урожай впитает в себя и эти опасные элементы. Отравление пестицидами очень тяжело переносится человеком.

Вообще, для выращивания урожая используется очень много сложных препаратов искусственного происхождения. Если записывать все вещества, примененные за период от посадки до сбора урожая – список запросто можно перепутать с перечнем компонентов для самодельной бомбы.

Среднестатистический человек за год съедает почти горсть разных химических удобрений. Идет ли это на пользу его организму – вопрос риторический.

В действительности – применение химикатов при выращивании урожая не так опасно, как принято считать. Если все препараты применяются в дозах, рекомендованных специалистами, – овощи и фрукты безопасны для употребления. Применение же удобрений неизвестного происхождения, увеличение доз или изменение пропорций химических веществ, произвольный режим подкормок – становятся причиной накопления овощами и фруктами разных канцерогенов.

Свежесть овощей – как обойти уловки продавцов

В начале и середине весны найти на прилавках свежие фрукты и овощи практически нереально. Всего 20% продукции действительно выращено недавно, остальные 80% лишь маскируются под брендом «нового урожая». Как же определить свежесть предлагаемых плодов и не попасться на удочку нечестных предпринимателей?

Огурцы. Знаете ли вы, что обработанные должным образом огурцы, могут сохранять мнимую свежесть до полугода? Да, да! Купленный на базаре свежий весенний огурчик, вполне может оказаться прошлогодним осенним «старичком», давно потерявшим и вкус, и витамины.

Свежесть огурца определяется его плотностью около плодоножки. Если она мягкая на ощупь и не распространяет огуречного запаха при нажатии – плод старый, безвкусный и полностью лишенный полезных элементов.

Дешевые партенокарпики (бессемянные огурцы) выглядят очень привлекательно, но их вкус оставляет желать лучшего. Партенокарпические огурцы, обычно, слишком водянистые и пресные.

Помидоры. Очень распространенная «заманилка» для покупателей – свежие помидоры на ветке способна обмануть даже внимательных и придирчивых клиентов. Мало кто догадывается, что, сорванные вместе с веткой помидоры, будут висеть на ней до момента начала гниения – то есть очень и очень долго. Однако определить свежесть таких помидор, веточка все же поможет. Внимательно осмотрите плодоножку помидора в месте ее крепления к ветке: если она зеленая и упругая – плод собран недавно, если сухая и вялая – возраст помидора почтенен, и он может быть гнилым внутри.

Для того чтобы развеять сомнения по поводу качества или свежести товара покупатель может потребовать продавца показать ему документы, подтверждающие соответствие продукции установленным нормативам. Как показывает практика, лишь у половины торговцев есть бумаги, оформленные должным образом.

Запомните – за безопасность своего здоровья, сегодня, отвечаете только вы. Так что, перед походом на овощные рынки записываем **основные тезисы выбора продуктов:**

- Если возникли подозрения в качестве предлагаемого товара – спрашивайте сертификат на него у продавца.
- Липкие на ощупь фрукты – обработаны парафином или дифенилом. После покупки их необходимо вымыть с мылом или очистить от кожуры.
- Слишком крепкие помидоры, имеющие на срезе белые прожилки, выращены с использованием опасных химикатов.
- Пупырышки на натуральных огурцах мягкие и легко стираются пальцем. Мягкость овоща указывает на его старость, безвкукусность и витаминную пустоту.
- Зеленые пятна на картошке сигнализируют об ее опасности – токсичный солидин, содержащийся в клубнях, может стать причиной серьезного отравления.
- Безнитратный картофель упругий и хрустит при проколе ногтем.
- Листья капусты должны быть плотными, тугими и не имеющими сильного утолщения у основания.
- Внимательность и неторопливость, а также следование перечисленным советам помогут выбрать к столу действительно свежие и полезные овощи и фрукты.