

Как правильно выбрать безопасные продукты к Пасхе



Праздник Пасхи — один из самых светлых и ярких религиозных праздников. Пасху нужно праздновать в кругу семьи со всеми близкими и детьми. К Пасхе обязательно нужно готовиться. Пасха является долгожданным днем завершения поста, когда разрешена любая пища, можно праздновать и веселиться. Пасха считалась одним из наиболее массовых и популярных религиозных праздников. Семинедельный строгий пост, проведенный в ограничениях, раздумьях и молитвах заканчивался праздником Пасхи, когда объявлялись всенародные гулянья. Люди освящали специально приготовленные к Пасхе блюда и потом подавали их на стол.

В 2019 г Пасха будет проходить [28 апреля](#). Пасха – это, прежде всего, обильная и сытная пища, Главное украшение праздничного пасхального стола – это, конечно, нарядные паски и яркие, разноцветные яйца.

Как не ошибиться при выборе продуктов к Пасхальному столу?

Эти простые рекомендации значительно уменьшают риски отравления некачественными продуктами.

Во избежание покупки некачественных продуктов внимательно изучите маркировку, срок годности, состав продуктов, температуру хранения и по возможности запах и внешний вид продукта.

Удостоверьтесь в целостности упаковки приобретаемого продукта, а также в том, что условия хранения товара соответствуют требованиям производителя. Изучите информацию о продукте, так как состав продукта не

всегда соответствует его наименованию. Учитывайте, что йогурт и йогуртный продукт, творог и творожный продукт, сыр и сырный продукт — это разная по качеству и составу молочная продукция.

Не покупайте продукты у случайных продавцов, а только в специализированных торговых предприятиях, обеспеченных необходимым **холодильным оборудованием** для сохранения качества и безопасности продукции.

❖ При выборе **яйца куриного** один из главных критериев — внешний вид. Скорлупа должна быть чистой, крепкой, целой и без пятен. Не забывайте проверять качество яиц в местах их продажи на овоскопе. Убедитесь, что срок годности не истек. Что касается краски для яиц — лучше всего выбирать пищевые красители, учтите, что порошки на развес к этой категории относиться не могут (скорее всего это типографские или текстильные краски).

❖ Покупайте **мясо** только в авторизованных местах: магазинах, киосках, павильонах на рынках. Мясо должно быть эластичным, цвет — от бледно-розового до темно-красного, после прикосновения к нему быстро восстанавливает форму, поверхность не липкая, отсутствует неприятный запах. Убедитесь в наличии клейма **ветеринарного** осмотра.

❖ Чтобы убедиться в свежести **рыбы**, обратите внимание на ее поверхность - она должна быть ровной, чистой, жабры — красные, целые.

❖ Покупая **муку**, 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. Лучше покупать муку в бумажных пакетах, чтобы она могла «дышать» и дольше сохранять свои свойства. Качественная мука должна быть без посторонних включений.

❖ Во время покупки **куличей** внимательно читайте информацию на этикетке, обратите внимание на срок годности и состав продукта.

❖ При выборе **молока** необходимо обращать внимание на целостность упаковки. Внимательно изучайте информацию о продукте, так как состав продукта не всегда соответствует его наименованию. Учитывайте, что молоко и молокосодержащий продукт – это разная по качеству и составу продукция. Сырое молоко можно купить на рынке, но только если у продавца есть заключение ветеринарно-санитарной экспертизы лаборатории рынка.

❖ Первое, на что следует обращать внимание при выборе **сливочного масла**, это состав. В настоящем сливочном масле вообще не должно быть растительных жиров. Там должны фигурировать только сливки и цельное молоко, иногда соль. Если в составе присутствует пальмовое, арахисовое, кокосовое масло или просто ингредиент под названием «заменитель молочных жиров», вы держите в руках маргарин или спред. Это уже не настоящее масло, а смесь из растительных и животных жиров. На потребительской упаковке должно быть написано не просто «масло», а «масло сливочное», «масло любительское», «масло крестьянское», «масло бутербродное» или «масло чайное».

❖ Покупая **сметану**, обратите внимание на наименование – должно быть четко прописано название «сметана», под уменьшительно-ласкательными «сметания», «сметанка» часто скрывается сметанный продукт на основе растительных жиров. Состав должен содержать ингредиенты, разрешенные государственным стандартом: сливки, закваску, молоко или молочные продукты. Еще раз обращаем внимание на то, что никаких растительных жиров, ароматизаторов, загустителей, консервантов в традиционной сметане быть не должно.

❖ Прежде чем купить **творог**, обратите внимание на его цвет — он должен быть однородным белым, с кремовым оттенком. Признак некачественного творога — синеватый цвет, с желтыми или розовыми комочками. Хороший, свежий творог имеет характерный кисломолочный аромат, без запаха прокисшего молока или спертости. На ощупь творог должен быть рыхлым, не сухим, однородным, но не плотным. Вкус у хорошего творога должен быть мягким и нежным, но ни в коем случае не кислым или горьким — это признаки испорченного продукта. Некоторые производители пишут на этикетке "творожок", "творожная масса" и т. д. Именно так можно понять, действительно ли это творог или же творожный продукт.

❖ Что касается **масла растительного**, то тут можно дать рекомендации по хранению продукта после покупки. Хранить емкость с маслом нужно в темном месте: закрытой полке или холодильнике, поскольку на свету разрушается ценный витамин Е – природный антиоксидант, содержащийся в масле.

❖ Выбирая **дрожжи**, нужно опираться на элементарную человеческую внимательность, проверять товар на: отсутствие на упаковке любых дырок и прорезей. В противном случае грибки могут высушиться и потерять способности «поднимать» тесто. Отсутствие влаги. Например, взяв в руки упаковку сухих дрожжей, следует проверить их сыпучесть. Если же товар имеет вид комочков, значит, в него попала влага, что создаст проблемы при поднятии теста в процессе приготовления выпечки. Срок годности. Чем свежее товар, тем лучшее его эффект в применении. Поэтому, если в планах получить пышное тесто, следует купить дрожжи, которые были изготовлены не более четырех дней тому назад.

Если вы решили перекусить в местах, где проводятся уличные гуляния или другие культмассовые мероприятия, то присмотритесь к условиям реализации продукции: соблюдаются ли правила гигиены продавцом, содержит ли он в чистоте свое рабочее место, соблюдает ли условия хранения начинок и прочих ингредиентов. Избегайте покупки в торговых точках, где пренебрегают правилами гигиены. Не забывайте о личной гигиене – лучше всего перед употреблением пищи на улице обработать руки гигиеническими салфетками.

Чтобы застолье прошло без проблем, чередуйте потребление жирных и жареных блюд с потреблением овощей — они помогают переваривать пищу.