

Не следует покупать бахчевые в местах несанкционированной торговли, трасс, на стихийных рынках. Следует помнить, что арбузы, дыни могут впитывать в себя тяжелые металлы, содержащиеся в выхлопных газах автомобилей. Употребление такой продукции может привести к причинению вреда жизни и здоровью, возникновению и распространению инфекционных заболеваний. Обращайте внимание на внешний вид фруктов и овощей, не покупайте плоды с признаками порчи и гниения. На санкционированном месте реализации бахчевых культур в наличии должен быть полный пакет сопроводительных документов, подтверждающий качество и безопасность бахчевых культур (сертификат или декларация о соответствии, удостоверение о качестве, выданное организацией, вырастившей арбузы); у продавца должна быть на рабочем месте личная медицинская книжка, информация о продавце, реализующем арбузы, вывеска с указанием времени работы, весы.

По правилам место торговли должно быть огорожено и находиться под навесом, арбузы должны быть накрыты тентом, должны храниться на специальных стеллажах, а не на земле навалом, в конце рабочего дня их должны убирать с улицы. Вырезать кусочек на пробу или разрезать арбуз на части строго запрещено - в месте разреза очень быстро размножаются вредные микроорганизмы.

Хороший, зрелый арбуз крупный, имеет целостный покров, цвет корки яркий и контрастный, светлое пятно на боку, который отлежал арбуз, должно быть максимально желтым, даже оранжевым. Спелый арбуз обязательно покрыт твердой блестящей коркой, если ноготь легко протыкает арбузную кожу - значит, арбуз незрелый. Усик и плодоножка у зрелого арбуза сухие. При ударе ладонью зрелый арбуз вибрирует, при ударе согнутым пальцем издаёт умеренно звонкий звук, при сжатии вдоль продольной оси - слабый хруст. Мякоть красная различных оттенков, семена вызревшие, чёрного или коричневого цвета. Консистенция мякоти плодов сочная, нежная, без ослизнений, сладкая на вкус.

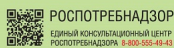
Не стоит выбирать ни самый крупный, ни самый маленький среди остальных арбузов: ягоды одной степени зрелости не слишком отличаются размерами. В любом случае вам поможет чувство меры, - лучше всего выбирать арбузы среднего размера. Перед тем, как разрезать плоды, не забывайте тщательно их вымыть теплой водой с мылом, т.к. частички почвы, пыли, микроорганизмы, находящиеся на кожуре, попав внутрь плода, могут привести к кишечной инфекции. Разрезанные арбузы и дыни храните только в холодильнике. Если после разреза обнаружится, что купленный вами арбуз имеет кислый запах, то ни в коем случае нельзя его есть – можно получить пищевое отравление.

Достоверно определить наличие нитратов можно только лабораторным методом, но следует обратить внимание на следующие моменты. Цвет мякоти «плохого» арбуза интенсивно ярко-красный с небольшим фиолетовым оттенком; волокна, идущие от сердцевины к корочке, не белые, как положено, а со всеми оттенками желтого; у «неправильного» арбуза поверхность среза гладкая, глянцевая, тогда как в норме она должна искриться крупинками.

Арбуз - ценный продукт, содержит много легкоусвояемых сахаров (фруктозы) и фолиевой кислоты, богат микроэлементами, такими как магний, калий и природным антиоксидантом - ликопеном, обладающим противоопухолевым действием. Арбуз - исключительное мочегонное средство, снимающее отеки. В этом качестве используется при заболеваниях почек, печени, сердца и сосудов, а также цистите.

Дыни, как и арбузы, выбирают по тем же правилам, но есть и небольшие различия. У дыни противоположная сторона от хвостика должна быть чуть мягкой, если твердая, то это признак того, что дыня незрелая. А если щелкнуть по дыне, звук должен быть глухим. От дыни обязательно должен исходить аромат, если запаха нет, этот плод покупать не стоит.

Перед тем, как разрезать арбузы и дыни, не забывайте тщательно их вымыть теплой водой с мылом, т.к. частички почвы, пыли, микроорганизмы, находящиеся на кожуре, попав внутрь плода, могут привести к кишечной инфекции. Разрезанные арбузы и дыни храните только в холодильнике. Если разрезав арбуз, почувствуете кислый запах, то ни в коем случае не ешьте – можно получить пищевое отравление.



АРБУЗЫ И ДЫНИ. РЕКОМЕНДАЦИИ



Арбуз – ценный продукт, содержит много легкоусвояемых сахаров (фруктозы) и фолиевой кислоты, богат микроэлементами, такими как магний, калий и природным антиоксидантом – ликопеном, обладающим противовоспалительным действием.

Арбуз – исключительное мочегонное средство, снимающее отек. В этом качестве используется при заболеваниях почек, печени, сердца и сосудов, а также цистите.

Помните – основные плодовые вещества, если они в арбузе есть, находятся около корки.

Дыни, как и арбузы, выбирают по тем же правилам, но есть и небольшие различия. У дыни противоположная сторона от хвостика должна быть чуть мягкой, если твердая, то это признак того, что дыня незрелая. Если щелкнуть по дыне, звук должен быть глухим. От дыни обязательно должны исходить аромат, если запаха нет, этот плод покупать не стоит.

Арбузы и дыни содержат много клетчатки и сахара и употреблять их маленькими детьми и людям с заболеваниями желудочно-кишечного тракта и поджелудочной железы надо с осторожностью и в небольших количествах – не более 100 грамм за один прием пищи.

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ

- Реализация бахчевых вдоль автодорог; из необорудованных торговых мест запрещена, арбузы могут впитывать в себя тяжелые металлы, содержащиеся в выхлопных газах автомобилей

- На санкционированном месте реализации бахчевых культур в наличии должен быть полный пакет сопроводительных документов

- Потребитель вправе потребовать у продавца документы на продукцию. Продавец (владельцы) организации розничной сети должны соблюдать все общие гигиенические требования

- По правилам места торговли должно быть огорожено и находиться под навесом

- Вырезать кусочек на пробу или разрезать арбуз на части строго запрещено – в месте разреза очень быстро размножаются вредные микроорганизмы

- Хороший, зрелый арбуз крупный, имеет целостный покров, цвет корки яркий и контрастный, светлее пятно на боку, которое отложил арбуз, должно быть максимально желтым, даже оранжевым

- Если ноготь легко протыкает арбузную кожу – значит, арбуз незрелый

- Ушик и плодоножка у зрелого арбуза сухие. При ударе ладонью зрелый арбуз вибрирует, при ударе согнутым пальцем издает уверенно звонкий звук

- Лучше всего выбирать арбузы среднего размера

- Перед тем, как разрезать плоды, не забывайте тщательно их вымыть теплой водой с мылом

- Разрезанные арбузы и дыни храните только в холодильнике

- Если после разреза обнаружится, что арбуз имеет кислый запах, то ни в коем случае нельзя его есть, можно получить пищевое отравление.

- Достоверно определить наличие нитратов можно только лабораторным методом, но следует обратить внимание на следующие моменты. Цвет мякоти «нормо» арбуза интенсивно ярко-красный с небольшим фиолетовым оттенком; волокна, идущие от сердцевины к корочке, не белые, как положено, а со всеми оттенками желтого; у «нормального» арбуза поверхность среза гладкая, блестящая, тогда как в норме она должна искривляться крутинами.

Подробнее на www.rospotrebnadzor.ru