

Эксперты рассказали, как приготовить безопасную окрошку

30.05.2024



Сегодня в России отмечается [День окрошки](#) – ежегодный гастрономический праздник, посвященный одному из древнейших русских блюд. Специалисты ФГБУ «Центра оценки качества зерна» рассказали, как правильно выбрать ингредиенты для летнего холодного супа.

По стандартному рецепту в окрошке используются картофель, огурцы, редис, зелень. Сезонные овощи всегда свежие, поэтому при покупке достаточно будет их осмотреть на наличие признаков порчи и увядания. Овощи должны быть плотной консистенции, без следов плесени и гнили.

Специалисты рекомендуют приобретать яйца местного производства: они более свежие.

«Столовые яйца с маркировкой «С» хранят при температуре от 0 до 20 градусов и не более 25 суток, при температуре от -2 до 0 градусов – не более 90 суток. Надписи на яйце в виде «С1», «С2» или даже «D» обозначают их категорию. D – это самые свежие диетические яйца, которые не хранятся дольше недели», – рассказывает начальник отдела ветеринарно-санитарной экспертизы Красноярского филиала ФГБУ «Центр оценки качества зерна» Елена Якименко.

Она добавляет, что при выборе колбасы стоит изучить ее маркировку.

«Мясная продукция классифицируется по категориям, и чем больше в составе мяса, тем категория выше. Если на этикетке написано, что колбаса является мясным продуктом категории «А» (более 80% мясного сырья в составе) или «Б» (60-80% мясного сырья) – ее можно смело брать. Чем меньше срок хранения, тем натуральней продукт», – отмечает Елена Якименко.

При выборе молочной продукции также стоит выбирать товары с минимальным сроком годности и отдать предпочтение местным производителям.

Квас лучше покупать «живого брожения». В составе классического напитка должны быть сусло, вода, сахар, дрожжи и молочнокислые бактерии. Допустима лимонная или молочная кислота.

«Лучше всего будет отдать предпочтение квасу, расфасованному в потребительскую упаковку. Фабричный розлив продукции минимизирует риск заноса патогенных микроорганизмов в продукт, приводящих к порче напитка и, как следствие, к пищевому отравлению», – резюмирует специалист.

Андрей Иванов