



## Рекомендации по выбору клубники и черешни.

06.06.2022

Каждый год первые летние месяцы радуют нас приходом сезона ягод - клубники и черешни. При покупке ягод в магазине, нужно обязательно обратить внимание на внешний вид товара, присутствие маркировки на нем, и целостность упаковки.

На маркировке пищевого продукта обязательно должно присутствовать наименование продукта, дата изготовления, срок годности, а так же данные об условиях хранения.

Обратите внимание на упаковку. Убедитесь в её сохранности и отсутствии на ней потеков. На рынке или ярмарке старайтесь покупать ягоды, которые минимально контактировали с руками продавцов и покупателей, из тары, не соприкасавшейся с грязными поверхностями.

Выбирая ягоды, вы имеете право требовать информацию о месте и условиях произрастания у продавца, а документы на продукт вам должны предоставить по первому требованию. Приобретать ягоды на стихийных рынках, или «с рук» не стоит.

### КЛУБНИКА.

Клубника является сезонной ягодой для нашего региона. Период созревания с середины июня по начало июля. Срок хранения отечественной клубники составляет 5-7 дней. Размер зависит от сорта: если ягода крупная – это не значит, что в ней много нитратов.

#### Спелые, качественные плоды можно определить по следующим признакам:

- Ягоды сухие, без признаков гниения
- Цвет однородный, насыщенный.
- Листики «чашечки», обрамляющие ягоду зеленые, без признаков увядания.
- Поверхность ягод упругая, блестящая, гладкая, без вмятин и повреждений.
- Запах насыщенный, ягодный.

Признаки ягод, от употребления которых стоит воздержаться: ягоды влажные, на поверхности есть пятна; отсутствует аромат, мягкие ягоды (быстро испортятся, возможно, процесс гниения уже начался); листики «чашечки» сухие, пожелтевшие, либо- отсутствуют (такие ягоды были собраны давно, либо неправильно).

#### Как мыть клубнику.

Очень важно тщательно промыть ягоды перед употреблением. Плоды спелой клубники в подавляющем большинстве случаев, бывают загрязнены землей. Употребление невымытых, или небрежно вымытых ягод может привести к заражению кишечными инфекциями, паразитарными инфекциями.

- Мыть ягоды надо непосредственно перед употреблением, если вы не планируете употребить ягоды в день приобретения, уберите их в холодильник без предварительного мытья. Срок хранения мытой клубники значительно сокращается.

- Перед мытьем ягод не удаляйте зеленые листья чашечки и стебель.
- Высыпьте клубнику в большой чистый дуршлаг.
- Промойте ягоды под струей чистой проточной воды.
- Подождите минуту, пока стечет вода.

- Аккуратно промокните вымытые ягоды бумажным полотенцем, чтобы убрать лишнюю влагу. Непродолжительный сезон клубники можно продлить, заготовив ягоды впрок. Лучший способ сохранить питательные и вкусовые качества – заморозить ягоды небольшими порциями (по 150-200 грамм), т.к. повторной заморозке клубника не подлежит. А вот во время термической обработки, при изготовлении варенья, джема вкус ягод значительно изменяется, большая часть витаминов теряется.

## **ЧЕРЕШНЯ**

У хорошей черешни кожица чистая, гладкая, с глянцевым блеском, без вмятин и трещин. Матовая поверхность и отсутствие отблеска говорит о том, что ягода сорвана давно.

Мякоть качественной ягоды плотная, упругая. Если черешня наощупь мягкая, скорее всего, она перезрела, или начала портиться.

Прежде всего, плодоножка должна быть. Если ее нет, то в месте ее прикрепления к ягоде образуются входные ворота для попадания грязи и микробов. Плодоножка свежей ягоды эластичная, зеленого цвета. Сухая, потемневшая плодоножка бывает у долго хранившихся ягод, что скорее всего негативно скажется на их вкусе.

Вкус зависит от сорта и окраски ягод. Желтая и розовая черешня более нежная и водянистая, вкус у нее не ярко выражен, кисло-сладкий; темноокрашенные ягоды черешни отличаются более ярким насыщенным вкусом и сладостью.

Самые вкусные ягоды доступны только в разгар сезона (с конца июня по середину июля), к тому же, в это время они максимально полезны. У ранних сортов черешни менее насыщенный вкус и сладость, под конец сезона чаще встречаются перезревшие, подгнившие ягоды.

### **Как мыть черешню?**

За время созревания ягод, на них воздействует множество факторов внешней среды – солнце, дождь, а также пыль, газы, химические вещества, личинки насекомых и большое количество микроорганизмов.

Употребление немытой черешни может быть причиной развития отравлений, а также инфекционных заболеваний. Кишечные инфекции опасны в детском возрасте. Проявите предельное внимание к тщательному очищению ягод перед едой и никогда не дегустируйте немытые ягоды на рынке.

Насыпьте черешню в дуршлаг. Промойте ягоды под струей проточной воды, выбирая рукой мусор. После мытья тщательно просушите черешню.

### **Как хранить черешню?**

После покупки, если Вы не планируете съесть ягоды в ближайшее время, сразу поместите их на хранение в холодильник. Хранить черешню лучше в бумажном пакете, или любой пластиковой емкости. Ягоды, приготовленные для хранения, не мойте и не отделяйте от черешков, это уменьшит срок хранения. В холодильнике черешня сохраняет свежесть до десяти дней.

За получением подробной консультации и правовой помощи потребители могут обращаться:  
— в Общественную приемную Управления Роспотребнадзора по Новгородской области по телефонам 971-106;  
— в Центр по информированию и консультированию потребителей ФБУЗ «ЦГиЭ в Новгородской области» по телефону 77-20-38, 73-06-77; E-mail: zpp.center@yandex.ru  
— на «горячую линию» Единого консультационного центра Роспотребнадзора, который функционирует в круглосуточном режиме, телефон 8 800 555 49 43 (звонок бесплатный).