

Кочан для гурмана

Эксперты выяснили, что могут найти в капусте костромичи

Капуста - овощ поистине легендарный. Мало того, что еще в древней Руси ей отдавали предпочтение не только обычные люди, но и вельможи, так они же искренне верили, что капуста исцеляет все болезни и даже поднимает настроение. А как обстоит дело в наши дни? Насчет лекарственных свойств вопрос не к нам, а вот проверить качество - легко. Ради эксперимента мы взяли образцы не простой капусты, а цветной. Пойдет ли она на пользу костромичам и как ее правильно выбрать, узнаем сегодня.

Скажи мне, что ты ешь...

На этот раз в МБУ «Городская служба контроля качества потребительских товаров и услуг» мы отправили:

- капусту цветную свежую. Место покупки - гипермаркет «Наша радуга» (группы «Ашан»), Кострома;
- капусту цветную свежую. Место покупки - гипермаркет «Карусель», Кострома;
- капусту цветную свежую. Место покупки - универсам «Лидер», Кострома;
- капусту цветную свежую, Китай. Место покупки - торговый центр «100Метровка», Кострома;
- капусту цветную свежую. Место покупки - торговый центр «Адмирал Сити», Кострома.

Несмотря на то что такая гостя у «СП» впервые, эксперты-пищевики встречать ее умеют. Как и другие овощи, первым делом оценивают внешне: здорова ли, све-



жа? В вопросах капустного качества, как оказалось, такой осмотр поможет и о возрасте кочана рассказать, и о его вкусе. Пусть капуста, как и любая другая «дама», предпочла бы года скрыть, ГОСТ протестует - покупатели должны знать, что едят.

Поэтому раскрыть карты все-таки приходится. Но, как оказалось, скрывать было нечего: листья у всех образцов капусты свежие, «головка» - целая и здоровая. Правда, в случае с подопытными из «Карусели» и «Лидера» кочаны отличаются завидной твердостью, чего не скажешь про остальные. За это - галочка в их пользу.

«Ранок» в виде механических повреждений и лишней влаги, благо-

даря которой овощи быстрее загнивают, на капусте эксперты не заметили. Не вызвала претензий и овощная окраска: от белого до кремового оттенка. А значит, с первым испытанием цветная капуста справилась.

Нитраты взвешивать?

Не менее важный показатель при проверке овощей на качество - содержание нитратов. Для тех, кто мало знаком с этими вредными веществами, расскажем, что в любом кочане капусты, будь то цветная, обычная белокочанная или брокколи, они точно есть.

Как и в других овощах или фруктах. Пото-

му что нитраты - это остатки органики, которой растения питаются во время роста. К тому же, в совсем малом количестве они практически безвредны. Другое дело, если их число превышает положенную норму: чем больше нитратов, тем опаснее для здоровья человека.

Для цветной капусты ГОСТ разрешает не более 900 мг/кг нитратов. Однако ни один из образцов не подошел к планке даже близко - и это не может не радовать. Минимум испытаний, кстати, у капусты из торгового центра «Адмирал Сити»: в ней эксперты насчитали лишь 326 мг/кг вредных веществ. Наибольшее же число нитратов у овоща, купленного в «Лидере». В этой капусте они составили 471 мг/кг.

Получается, причин не доверять цветной капусте из костромских магазинов у нас нет. Все образцы, купленные для экспертизы, с испытаниями справились и соответствуют всем требованиям ГОСТ Р 54903-2012 и СанПиН 2.3.2.1078-01.

Напоминаем: результаты касаются только образцов, участвующих в тестировании. Дальнейшие изменения продукции не отслеживаются.



От какой капусты лучше отказаться?

- Если соцветия неплотно прилегают друг к другу, капуста перезрела.
- Цветная капуста вялая, листья не держат форму, а стебли засохшие? Такой овощ скоро испортится. Об этом же говорят пятна, затемнения или увлажненные участки.
- Весомый повод «забраковать» капусту - едкий и неприятный запах от соцветий.

Наименование продукта	Место покупки	Соответствие требованиям по органолептическим показателям	Содержание нитратов, не более 900 мг/кг	Соответствие требованиям ГОСТ Р 54903-2012 и СанПиН 2.3.2.1078-01
капуста цветная свежая	гипермаркет «Наша радуга» (группы «Ашан»), Кострома	Соответствует	382	Соответствует требованиям
капуста цветная свежая	гипермаркет «Карусель», Кострома	Соответствует	430	Соответствует требованиям
капуста цветная свежая	универсам «Лидер», Кострома	Соответствует	471	Соответствует требованиям
капуста цветная свежая, Китай	торговый центр «100Метровка», Кострома	Соответствует	440	Соответствует требованиям
капуста цветная свежая	торговый центр «Адмирал Сити», Кострома	Соответствует	326	Соответствует требованиям

ВКУС НАРОДА

Узнав все о качестве цветной капусты из костромских магазинов, корреспонденты «СП»-Экспертизы отправились на традиционный опрос. У горожан они спросили, запасаются ли те какой-либо капустой и какие блюда с ней готовят.

Валерий Борисович:

- Мы очень часто готовим салаты с пекинской капустой. Конечно, покупаем ее в магазине. Здесь уж по принципу - что поближе, туда и пойдём. Качество везде примерно одинаковое.



Дарина:

- Лично я капусту не покупаю, потому что просто ее не люблю. А вот остальные овощи закупаем на рынке - там хороший выбор, многое бабушки приносят прямо со своих грядок. В натуральности таких овощей сомневаться не приходится.



Татьяна:

- У меня свой огород, и грядочку под капусту мы всегда выделяем. Пусть и немного сажаем, но до Нового года хватает. Тушим с овощами ее, супы варим. Сейчас будем на зиму квасить.



Аполлинария:

- Капусту выращиваем сами - и обычную, и цветную. В этом году даже брокколи посадила, выросла неплохая. Без капусты никак: солим и маринуем на зиму, щи-борщи делаем. Она ведь полезная, на Руси ее издавна едят.



Наташа:

- Капусту, конечно, выращиваем. Правда, только обычную, стараемся не экспериментировать. Родители ее солят на зиму, разные заготовки делают.



Фото Сергея КАЛИНИНА

ОБЛАСТНАЯ ТЕЛЕРАДИОКОМПАНИЯ «РУСЬ»

Информационную поддержку акции осуществляет областная телерадиокомпания «Русь»