

Кабачок - за бочок

Эксперты выяснили, из каких кабачков получится самая вкусная кабачковая икра

Продолжаем овощную тему. И проверяем кабачки. На осеннем (а затем и зимнем столе) они всегда желанные гости. Однако выбрать, что называется, идеальный экземпляр не так-то просто. Нужно учесть десятки нюансов. Каких именно, рассказали наши эксперты. Читаем и запоминаем.

Грубость недопустима

В МБУ «Городская служба контроля качества потребительских товаров и услуг» мы отправили:

кабачки свежий урожай. Место покупки - универсам «Десяточка», Кострома;
кабачки свежий урожай. Место покупки - магазин «Магнит», Кострома;
кабачки свежий урожай. Место покупки - универсам «Лидер», Кострома.

Внешность в данном случае имеет значение. И если уж не решающее, то важное как минимум. ГОСТ настоятельно требует: кабачки, которые претендуют попасть на обеденный стол костромичей, должны быть здоровыми, целыми, зрелыми, гладкими, с неогрубевшей кожицей, с плодоножкой, а также без повреждения сельскохозяйственными вредителями и, естественно, без плесени и гнили. Сочная и плот-



ная мякоть, а также отсутствие перезревших семян - верный признак кабачка правильного и вкусного.

На вкус влияет и размер плода. По стандарту классический кабачок должен держаться в рамках от семи до тридцати пяти сантиметров. Наши подопытные, как выяснилось, очень даже классические: двадцать-двадцать пять сантиметров. И весят тоже, кстати, по ГОСТу: до четырехсот пятидесяти граммов.

Нитрат: кому и сколько можно?

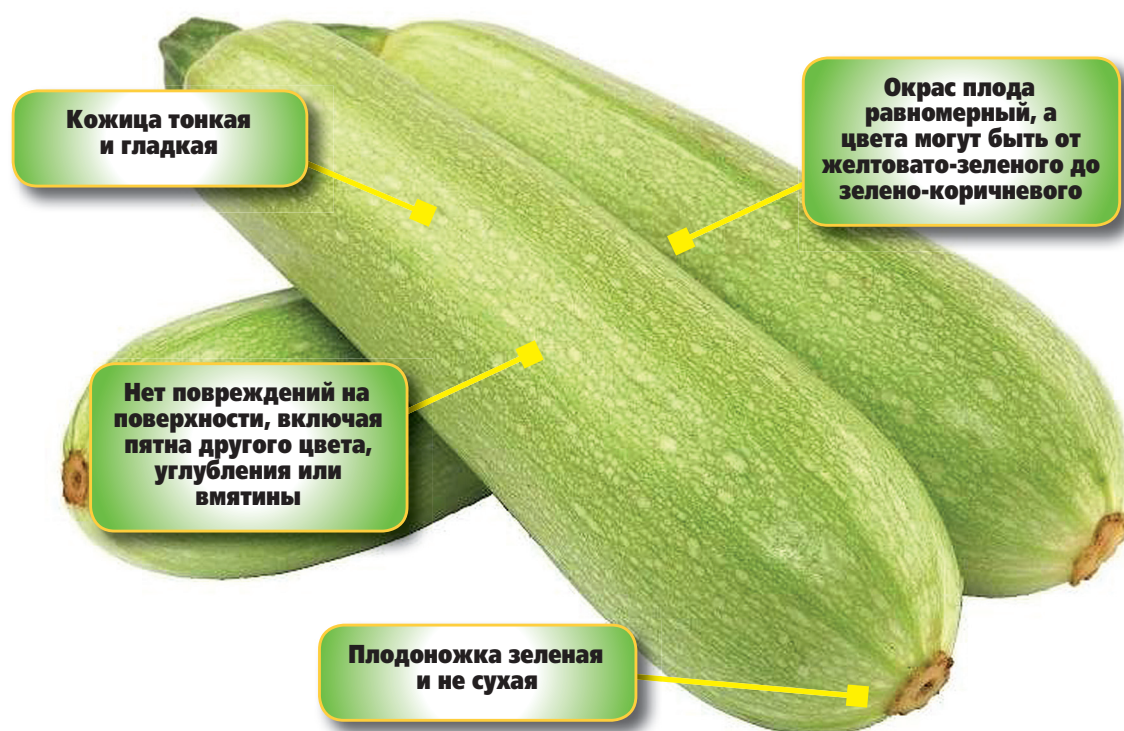
Измерить нитраты - это в обязательном порядке. Кабачку СанПиН дает весьма «вольные» границы: до 400 мг/кг. Оно и понятно - плод растет долго и близок к земле. А значит, и органики, которая плавно переходит в нитраты, впитывает в себя много. Однако результат порадовал: к верхней планке нормы никто даже не прибли-

зился. Максимум - 201 мг/кг - у «Магнита». Все результаты приведены в таблице.

Вывод делаем оптимистический: все три представленные на исследование пробы соответствуют требованиям ГОСТ 31822-2012 и СанПиН 2.3.2.1078-01.

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

ПРИЗНАКИ ПОЛЕЗНОГО КАБАЧКА



Мargarита БАРАНОВА, директор МБУ «Городская служба контроля качества потребительских товаров и услуг»:

- Степень зрелости кабачка можно определить и по его кожице. Она не должна быть толстой, чаще всего это показатель того, что кабачок переспел. На кожице не должно быть повреждений, она должна быть тонкой и гладкой. Если перед вами кабачок с небольшими царапинами, то лучше его не брать. Из-за того, что кожица кабачка достаточно нежная, даже самые незначительные повреждения могут стать причиной быстрой порчи овоща.



ВКУС НАРОДА

Какие овощи костромичи считают наиболее полезными? Это корреспонденты «СП»-Экспертизы выяснили в ходе традиционного опроса.

Александр:

- В этом году открыл для себя баклажаны - распробовал, что называется. Теперь по утрам делаю омлет с овощами. Помимо баклажанов, добавляю цветную капусту, помидоры, перец, зелень. Получается отличный завтрак.



Александр Сергеевич:

- В нашей семье все очень любят помидоры - и выращенные в огороде, и приобретенные на рынке. Наедаемся ими в сезон, заготавливаем на зиму.



Анастасия:

- Овощи очень люблю. В идеале польза какого-то одного трудно. Но на нашем столе, например, постоянно присутствуют фасоль, кабачки, баклажаны, помидоры, огурцы.



Екатерина:

- Мне очень нравится капуста. Ее полезные свойства можно перечислять долго. Салат из нее готовлю постоянно.



Татьяна Ивановна:

- И овощи, и фрукты ем с удовольствием. Очень уважаю, например, помидоры. Если говорить о фруктах, то это виноград.

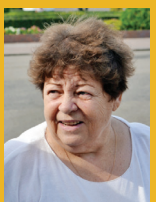


Фото
Андрея Вилашкина

ОБЛАСТНАЯ
ТЕЛЕРАДИОКОМПАНИЯ
«РУСЬ»

Информационную поддержку
акции осуществляет
областная телерадио-
компания «Русь»

Наименование продукта	Место покупки	Органолептические показатели	Содержание нитратов, не более 400 мг/кг	Соответствие требованиям ГОСТ 31822-2012 и СанПиН 2.3.2.1078-01
Кабачки свежий урожай	Универсам «Десяточка», Кострома	В норме	175	Соответствует
Кабачки свежий урожай	Магазин «Магнит», Кострома	В норме	201	Соответствует
Кабачки свежий урожай	Универсам «Лидер», Кострома	В норме	196	Соответствует