



СЕКРЕТ 4.

Как выбрать мясо в жару?

Летом довольно просто отравиться — от высокой температуры воздуха продукты быстро портятся.

Поэтому очень важно уметь выбирать свежие продукты и отличать их от испорченных. В первую очередь это касается мяса.

Так как выбрать свежее мясо?

1. Мясо не должно быть тусклым. Если его цвет тусклый, это говорит о том, что мясо старое. А, значит, может быть уже подпорченным и в нем могут развиваться какие-то бактерии.

2. Мясо не должно блестеть на срезе. Если само мясо сухое (обветренное), а на срезе блестит, это признак того, что в нем уже проходят нежелательные процессы с участием бактерий. Также на срезе мясо не должно быть зеленоватого оттенка.

3. Свежее мясо всегда имеет тонкую корочку бледно-розового или бледно-красного цвета. У свинины цвет на разрезе розовато-красный, у крупного рогатого скота — красный (у телятины — беловато-розовый), у баранины — коричнево-красный.

4. Присутствие личинок глистов в мясе можно определить визуально. Это круглые уплотнения наподобие просяного зернышка. Такое мясо не только нельзя есть самим, но и давать домашним животным.

5. Наличие личинок глистов также можно определить и при нарезке мяса. Если вы

режете мясо, и при этом слышен непонятный хруст (если это, конечно хрустит не кость), это может свидетельствовать о том, что в мясе глисты. Так хрустят кальциевые капсулы, в которые «укутаны» их личинки.

6. При надавливании на свежее мясо на нем образуется ямка, которая быстро восстанавливается. Если же она не исчезает, и, мало того, в ней появляется жидкость — такое мясо не следует покупать.

7. На приложенной к мясу бумаге не должно оставаться кровавых пятен.

8. Мясо не должно иметь резкий и неприятный запах — в этом случае его покупать нельзя.

9. Если покупаете курицу, то отдавайте предпочтение домашней птице, а не выращенной промышленным способом (на гормонах). Гормоны могут негативно отражаться на здоровье человека. О том, что куры были выращены на гормонах, свидетельствует мягкость костей — из них в процессе роста птицы вымывается кальций. Этим, собственно, и объясняется быстрота приготовления птицы, выращенной промышленным способом.

10. Никогда не покупайте мясо у уличных торговцев: нет никакой гарантии, что это мясо здорового животного. Помимо этого, в продукты, продаваемые в местах не предназначенных для этого, могут легко попадать личинки мух, вызывающие туберкулез, бактерии, болезнетворные микробы уличных животных, а также вредные вещества, содержащиеся в автомобильных выхлопах.