



РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

АРБУЗЫ И ДЫНИ. РЕКОМЕНДАЦИИ



Арбуз – ценный продукт, содержит много легкоусвояемых сахаров (фруктозы) и фолиевой кислоты, богат микроэлементами, такими как магний, калий и природным антиоксидантом - ликопеном, обладающим противоопухолевым действием

Арбуз – исключительное мочегонное средство, снимающее отеки. В этом качестве используется при заболеваниях почек, печени, сердца и сосудов, а также цистите
Помните – основные вредные вещества, если они в арбузе есть, находятся около корки.

Дыни, как и арбузы, выбирают по тем же правилам, но есть и небольшие различия. У дыни противоположная сторона от хвостика должна быть чуть мягкой, если твердая, то это признак того, что дыня незрелая. Если щелкнуть по дыне, звук должен быть глухим. От дыни обязательно должен исходить аромат, если запаха нет, этот плод покупать не стоит.

Арбузы и дыни содержат много клетчатки и сахара и употреблять их маленьким детям и людям с заболеванием желудочно-кишечного тракта и поджелудочной железы надо с осторожностью и в небольших количествах – не более 100 грамм за один прием пищи

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ

- Реализация бахчевых вдоль автодорог, из необорудованных торговых мест запрещена, арбузы могут впитывать в себя тяжелые металлы, содержащиеся в выхлопных газах автомобилей
- На санкционированном месте реализации бахчевых культур в наличии должен быть полный пакет сопроводительных документов
- Потребитель вправе потребовать у продавца документы на продукцию. Продавцы (владельцы) организаций мелкорозничной сети должны соблюдать все общие гигиенические требования
- По правилам место торговли должно быть огорожено и находиться под навесом
- Вырезать кусочек на пробу или разрезать арбуз на части строго запрещено – в месте разреза очень быстро размножаются вредные микроорганизмы
- Хороший, зрелый арбуз крупный, имеет целостный покров, цвет корки яркий и контрастный, светлое пятно на боку, которое отлежал арбуз, должно быть максимально желтым, даже оранжевым
- Если ноготь легко протыкает арбузную кожу – значит, арбуз незрелый
- Усик и плодоножка у зрелого арбуза сухие. При ударе ладонью зрелый арбуз вибрирует, при ударе согнутым пальцем издаёт умеренно звонкий звук
- Лучше всего выбирать арбузы среднего размера
- Перед тем, как разрезать плоды, не забывайте тщательно их вымыть теплой водой с мылом
- Разрезанные арбузы и дыни храните только в холодильнике
- Если после разреза обнаружится, что арбуз имеет кислый запах, то ни в коем случае нельзя его есть, можно получить пищевое отравление.
- Достоверно определить наличие нитратов можно только лабораторным методом, но следует обратить внимание на следующие моменты. Цвет мякоти «плохого» арбуза интенсивно ярко-красный с небольшим фиолетовым оттенком; волокна, идущие от сердцевины к корочке, не белые, как положено, а со всеми оттенками желтого; у «неправильного» арбуза поверхность среза гладкая, глянцевая, тогда как в норме она должна искривляться крупинками.