**Рекомендации по выбору красной икры**

Красная икра – продукт не только вкусный, но и полезный. В ней содержатся белки, кальций, фосфор, полиненасыщенные жирные кислоты и витамины А, D и Е.

На что надо обратить внимание при выборе красной икры?

Что бы Ваш выбор не принес разочарование, Управление Роспотребнадзора по Республике Татарстан  дает рекомендации по выбору и хранению красной икры.

Лучше всего выбирать икру с маркировкой «ГОСТ» на упаковке и изготовленную в местах традиционного лова рыбы семейства лососевых – на Камчатке и Сахалине. Так вы снизите вероятность того, что икру приготовили из замороженных ястыков. На икре, изготовленной по ГОСТу, обязательно должен быть указан вид рыбы семейства лососевых.

Выбирая икру в стеклянной банке или на развес, Вы можете рассмотреть ее до покупки. Икринки первого сорта должны быть целые, одинакового цвета и размера и не слипшиеся. При переворачивании банки икра не должна моментально начинать «ползти» по стенкам, максимум несколько икринок могут упасть на крышку. Слишком жидкая икра, в которой много жидкости, сразу же сползет на крышку.

Идеальная температура хранения икры от –4 до –6 °С. Если речь идет о жестяной банке, то в закрытом виде, при соблюдении правильного температурного режима (от -4 до -6 градусов), в ее сохранности можно быть уверенным на протяжении 12 месяцев. А вот после вскрытия тары срок годности резко сокращается до 3-5 дней при наличии охлаждения. Развесной продукт пригоден для употребления в течении 2-3 дней.

Выбитые цифры на жестяной заводской банке с икрой должны быть выпуклыми (маркировка на крышке наносится методом выдавливания), а не вдавленными – это признак заводского продукта. Маркировка также может быть нанесена несмываемой краской.

Осмотрите банку на предмет внешних повреждений, она ни в коем случае не должна быть вздутой. Вздутая банка («бомбаж») – признак наличия в икре недопустимых видов микробов.

Обязательно прочтите информацию о составе на этикетке. В состав, помимо вида рыбы, из которой получена икра, обычно входят соль (не более 6% от веса икры), кукурузное или подсолнечное масло, а ещё глицерин и не более 2-х консервантов. Если зернистая икра произведенная из мороженой икры рыб семейства лососевых, то должны быть слова «произведена из мороженого сырья».

Роспотребнадзор предостерегает от покупки икры у частных лиц и в местах, не предназначенных для торговли. Выбирая продукт, необходимо внимательно изучить информацию на этикетке: найти название рыбы, из которой была получена икра, даты изготовления и упаковывания. Баночка не должна быть вздута или проминаться внутрь. Также должен присутствовать номер завода-изготовителя, индекс смены и рыбной промышленности «Р».

Если после вскрытия выяснится, что икра истекает «соком», а икринки выглядят сдувшимися или лопнувшими, это будет означать, что икра подверглась размораживанию.

Отличить натуральную икру от искусственной легко можно отличить следующим образом: надо опустить несколько икринок в горячую воду. Если они опустились на дно сосуда и побелели, то продукт натуральный, если же окрасили воду и начали растворяться, то искусственный.

Рекомендуется придерживаться определенных правил и при хранении икры в холодильнике. Делать это желательно на нижней полке, а икру из вскрытой банки лучше переложить в стеклянную тару и съесть не позднее, чем через 72 часа.

