**Рекомендации по покупке бахчевых культур.**

При покупке бахчевых культур первым делом стоит обратить внимание на торговую точку. Она должна быть огорожена, бахчевые необходимо хранить на стеллажах, а не на земле. Помимо прочего, нельзя вырезать кусочек на пробу или разрезать арбуз на части. Также запрещена продажа вдоль автодорог. Как правило, в таких местах реализуются бахчевые, которые не прошли санитарную экспертизу. Продукт может впитывать тяжелые металлы, содержащиеся в выхлопных газах машин.

Лучше брать арбузы в магазине.

На санкционированном месте реализации бахчевых культур в наличии должен быть полный пакет сопроводительных документов, подтверждающий качество и безопасность бахчевых культур (сертификат или декларация о соответствии, удостоверение о качестве, выданное организацией, вырастившей арбузы); у продавца должна быть на рабочем месте личная медицинская книжка, информация о юридическом лице, реализующем арбузы, вывеска с указанием времени работы, весы.

Товар ни в коем случае не должен лежать на земле: во-первых, он может испортиться, во-вторых, на нем окажутся опасные микробы, которых вы принесете домой на стол. Нельзя покупать арбузы и дыни с надрезом для определения спелости. Также запрещено разрезать арбуз/дыню на части, реализация бахчевых производится только целиком. При разрезе бактерии попадают на мякоть, поэтому велик риск подхватить инфекцию.

Хороший, зрелый арбуз крупный, имеет целостный покров, цвет корки яркий и контрастный, светлое пятно на боку должно быть максимально желтым, даже оранжевым. Спелый арбуз обязательно покрыт твердой блестящей коркой. Усик и плодоножка у зрелого арбуза сухие. При ударе ладонью зрелый арбуз вибрирует, при ударе согнутым пальцем издаёт умеренно звонкий звук, при сжатии вдоль продольной оси - слабый хруст. Лучше приобрести арбуз такого размера, чтобы скушать его за один день, пока он не испортился.

Дыни выбирают по тем же правилам, как и арбузы, но есть и небольшие различия. Противоположная сторона от хвостика у дыни должна быть чуть мягкой, твердая является признаком незрелости. В свою очередь звук должен быть глухим, если щелкнуть по дыне. От нее также обязательно должен исходить аромат, плод покупать не стоит, если запаха нет.

Перед тем, как разрезать плоды, нужно тщательно их вымыть теплой водой с мылом или моющим средством для мытья посуды, так как частички почвы, пыли, микроорганизмы, находящиеся на кожуре, очень быстро размножаются, попав внутрь плода, что может привести к кишечной инфекции. Чаще всего отравления вызывают не нитраты, а плохая гигиена. Если после разреза обнаружится, что у купленного арбуза кислый запах, то его нельзя есть - можно получить пищевое отравление, так как в нем уже начались процессы микробиологической порчи. Оставшиеся разрезанные арбузы и дыни нужно хранить только в холодильнике, обернув пищевой пленкой.

При этом необходимо помнить, что в дынях и арбузах содержится много сахара и клетчатки и употреблять их маленьким детям и людям с заболеванием ЖКТ и поджелудочной железы надо осторожно и в небольших количествах - не более 100 г за один прием пищи.

Исп. Шутова О. Е.

971015

