**Рекомендации гражданам как выбрать качественную красную икру?**

*20.12.2018 г.*

В преддверии новогодних праздников специалисты Роспотребнадзора советуют при выборе красной икры обратить внимание на следующие моменты, чтобы приобрести качественный и безопасный продукт.

Икра лососёвых пород рыб, таких как горбуша, кета, нерка, семга, форель – весьма ценный пищевой продукт. Красная икра является источником легкоусвояемых белков, она богата йодом, кальцием, фосфором, железом, витаминами А, D, Е, группы В, фолиевой кислотой, содержит полиненасыщенные жирные кислоты.

В преддверии новогодних праздников потребителям следует помнить о правилах выбора красной икры.

- не приобретайте красную икру с рук и в местах несанкционированной торговли;

- внимательно прочитайте этикету, на ней должно быть написано название рыбы, из которой была изъята икра, дата изготовления и дата фасовки;

- маркировка на жестяной банке обязательно должна содержать дату изготовления продукта, слово «ИКРА», номер завода-изготовителя, номер смены, а также индекс рыбной промышленности «Р». Обратите внимание, что надпись должна быть «выбита» изнутри;

- не приобретайте икру, в состав которой входит пищевая добавка Е-239 (уротропин). Ранее ее применяли как консервант, однако с 2008 года она была запрещена, так как при разложении в кислой среде желудка из уротропина выделяются ядовитые токсические вещества (формальдегиды). Разрешенными консервантами для икры остаются Е-200, Е-201, Е-202, Е-203, Е-211, Е-212, Е-213;

- крышка банки не должна проминаться и не должна быть вздутой. Икра должна заполнять баночку полностью;

- икринки натурального продукта мелкие, однородные, рассыпчатые и цельные, не имеют пленок и трещинок. Если икра истекает соком, а икринки - «сдувшиеся», вероятно, икру уже размораживали;

- натуральные икринки имеют ядро, искусственные же икринки однородны;

- натуральные икринки лопаются при слабом нажатии, оболочка искусственных икринок более жесткая, сложно лопающаяся;

- если положить икру в горячую воду, натуральная икра немного побелеет и опустится на дно, а искусственная растворится, окрасив воду;

Хранить икру необходимо в холодильнике при температуре указанной производителем на упаковке товара. При соблюдении этих условий можно гарантировать качество продукта. В открытой жестяной банке лучше не хранить икру, рекомендуется переложить ее в чистую сухую стеклянную емкость.

Если в случае приобретения красной икры у вас возникли сомнения в ее качестве и безопасности, обращайтесь в территориальное Управление Роспотребнадзора по субъекту Российской Федерации для проведения проверочных мероприятий с лабораторным контролем.

