

**САМ
СЕБЕ
ЭКСПЕРТ**

На наших прилавках огромный ассортимент товаров. Как вычислить качественные? На этот вопрос мы отвечаем в нашем спецпроекте.

СОСТАВ

▶ В Украине существует несколько стандартов качества для твердого сыра: общий ГОСТ 4421:2005 «Сыры твердые. Украинский ассортимент» и отдельные ГОСТы на некоторые виды сыров (например, для «российского»). Однако производителя не запрещается также выпускать свою продукцию по техническим условиям — отсюда и такое сортовое разнообразие на наших прилавках.

▶ По стандарту в состав сыра должны входить молоко, сычужный фермент, закваска и соль. Также при производстве добавляют хлористый кальций, для того чтобы молоко лучше сворачивалось. Из других добавок в сыре могут присутствовать консерванты (азотнокислый калий E252, он же нитрат калия, он же селитра) и красители (бета-каротин, он же E160a, или экстракт аннато, он же E160b). Консерванты кладутся в процессе приготовления, для того чтобы не допустить развита микробов, а красители — для придания привычного нам желтоватого цвета сыра.

▶ Читая этикетку, обращайте внимание на наличие каких-либо других ингредиентов, кроме вышеупомянутых, — их быть в сыре не должно. Наличие растительных жиров или белков в составе недопустимо: такой продукт не может называться «сыром», а только «сырным продуктом».

▶ В сыре могут быть ароматизаторы, например, топленого молока, если продукт носит соответствующее название. Обычно используются разрешенные ароматизаторы, но стоит помнить, что чем меньше таких добавок, тем лучше.

АНАСТАСИЯ ЕФИМЕНКО

Давно уже прошли те времена, когда выбор сыров на прилавках магазинов ограничивался несколькими видами. Теперь, зайдя в молочный отдел, так и хочется воскликнуть, повторяя за мышонком Роки из диснеевского мультфильма: «Сыыр!». Да уж, глаза от сегодняшнего разнообразия разбегаются. Правда, зимой

сыроедам пришлось несколько ограничить себя в покупках, поскольку цены на многие сорта взлетели сразу на 20 грн. за килограмм. И лишь недавно, в апреле, цена сыров начала наконец-то снижаться. Однако это по-прежнему далеко не самый дешевый продукт, так что важно

не ошибиться при его выборе. За консультацией по этому вопросу мы обратились к заведомо гигиены питания Украинского научно-исследовательского института питания Владиславу Сластину, руководителю отдела тестирования Научно-исследовательского центра независимых потребительских экспертиз «ТЕСТ» Нине Кильдий и председателю общественной организации «Эксперт» Игорю Потапову.

**ЗАПАХ
И
ВКУС**

▶ От сыра должен исходить приятный аромат, свойственный конкретному виду. Любой резкий, неприятный, посторонний запах — уже причина для того, чтобы отказаться от его покупки.

▶ Недозревший сыр будет резиновым по вкусовым ощущениям.

▶ Продукт не должен быть очень горьким, соленым или кислым. Если вы ощущаете, что вкус конкретного вида сыра, знакомого вам, отличается от привычного, — это говорит о том, что вам попался тот, у которого была нарушена технология производства, или были нарушены условия хранения в магазине.

▶ Если вкус чересчур кислый — сыр оказался незрелым или в нем переизбыток молочной кислоты. У незрелого сыра может быть и горький привкус. Также он может говорить об избытке масляной кислоты.

▶ Затхлый запах расскажет о появлении бактерий, плесени, которые возникают у сыров из низкокачественного сырья или при неправильном хранении.

▶ О неправильном приготовлении также скажет неравномерная соленость, когда с краю куска соль чувствуется сильнее, а в центре — слабее.

СОВЕТЫ СЫРОЕДАМ

Тест на качество ■ Хороший сыр не должен крошиться, прилипать к ножу и иметь слишком много «глазок»

ВНЕШНИЙ ВИД

▶ Хороший сыр — без повреждений, трещин, вкраплений инородных веществ. Трещины скажут о том, что продукт или неправильно хранился (в очень сухом помещении, при высоких температурах), или был поврежден при транспортировке. А поскольку это достаточно нежный продукт, то в обоих случаях он будет уже некачественным.

▶ Цветовая сырная гамма — светлые оттенки желтого в зависимости от конкретного вида, без пятен, следов плесени.

▶ Если у сыра есть парафиновая оболочка, то в ней не должно быть трещин — через них могут проникать микробы.

Если сыр неравномерно окрашен — это признак нарушения технологии производства. Белесый цвет скажет о том, что сыр не успел созреть, а его уже поторопились выставить на продажу.

▶ О нарушении производства будет говорить вспученный, как будто разорванный из середины сыр, сильно крошащийся.

▶ Твердые сыры не должны мазаться и липнуть к ножу. Это признак того, что при их производстве было использовано молоко с повышенной кислотностью. А если сыр резиновый на ощупь, то молоко, наоборот, было недостаточно жирным. Не стоит брать мокрый, клейкий на ощупь сыр — он уже испорчен.

▶ Выбирая сыр, обращайте внимание на дырочки (специалисты называют их «глазки»). Если их чересчур много, так, что сыр больше похож на губку, это значит, что в продукт попали нежелатель-

ные бактерии. Но у каждого вида сыра свои «глазки». Так, «Радомер» не может быть совсем без них, «Голландский» может быть с глазками и без, «Российский» — только с многочисленными мелкими глазками.

ХРАНЕНИЕ

▶ Важно, чтобы сыр, как в магазине, так и дома, хранился при температуре не выше 6 °С, иначе он начинает портиться.

магазинную этикетку, если она наклеена поверх даты производства — быть может, у сыра уже истек срок годности.

▶ При покупке развесного сыра труднее узнать точную дату производства — для этого надо или попросить показать упаковку той головки, от которой вам отрезают (если она сохранилась), или сопроводительный документ (например, сертификат или удостоверение качества), которым обязательно снабжается каждая партия сыра.

Эти документы обязаны показывать.

▶ Традиционный совет: не берите готовую магазинную нарезку, лежащую на прилавке. Во-первых, сюда в основном идут непроданные остатки от головок сыра, во-вторых, на таких упаковках запросто могут по несколько раз переклеивать ценники с новой датой.

УПАКОВКА

▶ Если вы покупаете сыр в упаковке, обратите внимание на дату. Обычно их сразу две: дата производства, которая нанесена на заводскую упаковку, и дата поступления (взвешивания) в магазин. Вас должна интересовать первая дата, а также точный срок хранения, ведь порой сыр лежит на прилавках долгое время, за которое успевает испортиться. Не стесняйтесь аккуратно снять

