

Азбука потребителя

# КАКАЯ РЫБА НЕ ИСПОРТИТ ПРАЗДНИК

Какую рыбу выбрать к праздничному новогоднему столу, читателям «Вечернего Харькова» рассказали эксперты Ассоциации рыболовов Украины.

**Пангасиус и тилапия.** Увлекаться этими рыбками специалисты не советуют. Пангасиус выращивают во Вьетнаме в мутных водах Меконга, в который во время войны в середине прошлого века были вылиты тонны отравляющих веществ. Сначала эту рыбу везли в Евросоюз, но в ряде поставок были обнаружены тяжелые металлы. Сегодня пангасиус поставляется в основном в страны бывшего Союза. С тилапией другая проблема — ее разводят в Китае, где кормят далеко не идеальными кормами с большим содержанием химии.

**Лосось** — это обычно фермерский продукт, который для красоты подкармливают кормами с красителями. Можно взять сухой корм для рыбы смешать с любой пищевой краской и получить

даже синего лосося. Поэтому, если хотите разжиться именно дикой рыбой, ищите промыслового шотландского лосося, дальневосточного или же мурманскую семгу. Натуральный цвет рыбы — серовато-бордовый.

**Консервированная горбуша.** Самые лучшие консервы делают сразу после вылова рыбы, поэтому эксперты рекомендуют выбирать баночки, закатанные на Дальнем Востоке, а не где-нибудь в другом месте. В составе хороших консервов под названием «Горбуша в собственном соку» могут быть только рыба и соль.

**Шпроты в масле** — для приготовления этих консервов используется килька или салака. Перед покупкой посмотрите на дату изготовления. Как утверждают специалисты, самые вкусные де-

лаются осенью или зимой, а вот с апреля по август консервы готовят из замороженной рыбы. Причиной горьковатого привкуса шпрот может быть копчение жидким дымом.

**Слабосоленую селедку** лучше всего покупать цельную, приготовленную по ГОСТу. Если рыба продается разделанной на кусочки — она содержит консерванты. Идеальный состав: сельдь, соль и специи. Жабры у рыбы должны быть чистыми, без слизи, глаза — сохранять прозрачность. Желтые пятна свидетельствуют о том, что селедка приготовлена из просроченного сырья или неправильно хранилась.

Когда рыба куплена, пора задуматься, как ее хранить. Пресноводная рыба, как правило, сохраняется хуже морской. Не вздумайте хранить свежую (охлажденную) рыбу более трех суток. Дольше можно только в замороженном, вяленом (сушеном), соленом, копченом и консервированном (рыбные консервы и пресервы) виде.

Замороженная рыба хранится в среднем 3–4 месяца, многое зависит от метода и скорости заморозки. Вяленая (сушеная) рыба при оптимальных условиях — шесть месяцев. Как долго не портится соленая рыба, зависит главным образом от концентрации соли и от температуры. При низкой температуре (около +2°C) срок хранения может составить до полумесяца, а при комнатной — пару дней. Рыба горячего копчения хранится совсем недолго — не более трех дней. А если использовалось холодное копчение, то срок может увеличиться до трех месяцев (в вакуумной упаковке).

Лучше всего сохраняются рыбные консервы — до трех лет в зависимости от вида рыбы, способа консервирования и условий хранения. Срок хранения пресервов обычно не превышает четырех месяцев.

По-семейному

# В «КРИСТАЛЛЕ» ТЕПЕРЬ ПОДАЮТ ХАЧАПУРИ ПО-АДЖАРСКИ

Жемчужина сада Шевченко — кафе «Кристалл» — теперь радушно встречает гостей круглосуточно. А чтобы побаловать посетителей не только излюбленными харьковчанами десертами, в ассортимент угощений добавили блюда грузинской кухни.

Заглянув в любимое семейное кафе «Кристалл», харьковчане могут отведать хачапури по-аджарски, хачапури по-мигрельски, хачапури кубдари, хачапури лабиани. Попробовать слоеный пирог — ачму и гурийские пирожки, получить удовольствие от супа харчо и хинкали. А также насладиться напитками на любой вкус, в частности, мацони (кисло-молочный продукт) и кофе по-батурски.

Что же это такое хачапури по-аджарски и с чем его едят?

Существуют разные легенды о названии и происхождении хачапури. Согласно одной из них, некто Хача впервые испек его в Сванетии, и после этого хачапури распространился по всей Грузии. Но все же более убедительно выглядит связь названия со словами «хачо» — творог и «пури» — хлеб. Во время приготовления этого блюда повар наделает его силой и энергией. Считается, что в каждой лепешке остается частичка тепла и гостеприимства, которые в нее вложил повар.

Каждый уголок Грузии, где существует традиция выпечки хачапури, хранит особые рецепты его приготовления. Они отличаются друг от друга технологией приготовления, формами и даже видами используемого сыра.

Хачапури по-аджарски является настоящим хитом грузинской кухни. Хачапури бывает закрытым и открытым. Аджарские хачапури — это



открытая выпечка, замечательная не только вкусом, но и внешним видом — эдакая лодочка. Особенность приготовления в том, что за две минуты до готовности в центр горячей сырной начинки хачапури разбивают яйцо, которое за последние минуты выпекания успеваает лишь слегка схватиться.

Особых соусов это блюдо не требует. Можно есть со свежей зеленью, а запивать тем же кофе по-батурски. Причем есть хачапури по-аджарски нужно только руками. Вы бы очень насмешили настоящего грузина, если бы принялись за это блюдо, вооружившись ножом и вилкой. Аджарский вариант этого блюда правильно есть так: отламывают хвостик, равномерно смешивают им в центре сыр с яйцом, пропитанный начинкой кусочек отправляют в рот. И так продолжают от края к центру. В последнюю очередь съедают донышко.

**Аджарское хачапури по-домашнему**

**Для теста:** пшеничная мука в/с — 640 г, вода — 380 мл, соль — 15 г, дрожжи — 2 г.

**Для начинки:** сыр имеретинский (можно пополам с сулугуни) — 1200 г, яйца — 6 шт., масло сливочное — 90 г.

Дрожжи развести теплой водой, добавить в миску с мукой, посолить, влить теплой воды и замесить тесто. Вымесить в течение 10 минут. Тесто должно получиться пластичным, не тугим. Дать постоять в теплом месте 2–3 часа. Разделить тесто на шесть частей. Из каждой части сформировать колбаску. Раскатать в овальную лепешку. В середину выложить тертый сыр. Края лепешки соединить по центру. Должен получиться вытянутый пирожок. Перевернуть его швом вниз. В центре сделать продольный разрез. Расширить края и слегка закатать. По форме хачапури должно напоминать лодочку. Выпекать в духовке, предварительно разогретой до 200–220°C в течение 10–12 минут. Вынуть из духовки, в центр каждого хачапури разбить по яйцу и запекать еще пару минут. Перед подачей положить в них по кусочку сливочного масла.

Качество

# ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ ПРИ ПОКУПКЕ ДЕЛИКАТЕСОВ

Чтобы обойтись без неприятных пищевых сюрпризов на новогоднем столе, следует знать несколько секретов при покупке продуктов.

**Балык.** Прежде всего смотрим на этикетку. Свежий и правильно приготовленный варено-копченый балык сделан из цельного куска мяса со специями, имеет бледно-розовый или розовый цвет в разрезе. Балык некачественный содержит сою и вещество, которым наполняют мясо для увеличения массы (карриган). Если вы заметили признаки укола на мясе (в разрезе) — это первый сигнал о том, что в балыке содержится карриган.

**Колбаса вареная** должна быть однородного цвета. Белые частички в колбасе говорят о том,

что в составе есть хрящи, косточки или сало. Если вы заметили небольшие дырочки (как в сыре), это может свидетельствовать о технологическом дефекте и даже о наличии палочки ботулизма. Лучше покупать целой палкой или в вакуумной упаковке. Настоящая варенка сделана по ДСТУ. Если нет, будьте уверены: свинину и говядину заменили курятиной, соей, растительными белками, крахмалом, добавили свиных шкурок и щедро сдобрили химией для вкуса и аромата.

**Сухая колбаса.** У этого продукта должна быть сухая и чистая

поверхность, в противном случае ее либо замораживали, либо нарушали условия хранения. Цвет в разрезе может быть разным — от розового до темно-красного. Упаковка (оболочка) должна плотно прилегать к колбасе. Если же она отстает — это верный признак того, что колбаса начала портиться. Качественная колбаса приготовлена по стандарту ДСТУ: в ее состав входит мясо, тогда как по ТУ допускается использование курятины, сои, крахмала, свиной шкурки и других заменителей. И помните: колбаса не может стоить дешевле мяса, так как это долгий и трудоемкий процесс.

**Сыр.** Хороший сыр — равномерный по цвету и текстуре. А вот

с сыром с плесенью противоположная ситуация — у хорошего продукта неровная и рыхлая поверхность.

**Яйца** должны быть без налета, помета и грязи. Свежие яйца — с матовой скорлупой. Если поверхность глянцевая, значит, продукт уже полежал некоторое время. Желток не должен булькать, если потрясти яйцо.

**Ананас.** Консервированный лучше покупать кольцами, так вы можете быть уверены, что поставщики использовали свежий плод. Для нарезки кубиками могут использовать несвежие ананасы. При покупке свежего ананаса обращайте внимание

на ботву. Она должна быть плотной, зеленого цвета и состоять из множества листочков. Если листочки выдергиваются без усилий — значит ананас созрел. Слишком мягкая корка говорит о перезрелости. Резкий запах может говорить о том, что плод начал бродить.

**Мандарины.** Турецкие — часто кислотные, с косточками и плохо чистятся. Марокканские (клементины) — сладкие, с тонкой кожурой. Испанские — крупные, сладкие. Китайские — кисло-сладкие, косточек немного. Грузинские — с тонкой кожурой, но часто с кислинкой. Плод с прозеленью лучше не брать — такой фрукт уже не дозреет.

Материалы полосы подготовила Ирина Стрельник