Роспотребнадзор о выборе красной икры.

Красная икра - популярный деликатес, который часто украшает праздничные столы, отличается высокой пищевой ценностью и рядом полезных свойств. Независимо от разновидности рыбы, такой продукт богат белком, полиненасыщенными жирными кислотами, витаминами, железом, фосфором, йодом. Тем не менее следует знать, как выбрать хорошую икру..

**Форель**. Одна из наиболее мелких разновидностей – до 3 мм, которая отличается также ярким и насыщенным оттенком. Цвет может варьироваться от темного желтого до алого. Вкус этого продукта будет слегка горьковатым.

**Нерка**. Довольно редкий вид, так как рыба водится у берегов американского континента. Размеры рыбьих яиц достигают максимум 4,5 мм. Отличить такую икру также можно по насыщенному запаху, темно-красному оттенку крупинок и горчинке.

**Кижуч**. Еще одна разновидность мелкой икры – около 4 мм. Продукт имеет довольный темный красный оттенок, даже иногда бордовый. Во вкусе яиц этой рыбы присутствует горчинка. Несмотря на то, что ценится она меньше, чем икра горбуши, ее состав все-таки считается наиболее полезным.

**Кета**. Икра этой разновидности рыбы пользуется популярностью с давних времен. Размер ее считается довольно крупным – до 6 мм, а вкус отличается мягкостью и приятными нотками. Цвет таких яиц чаще всего ярко-оранжевый с янтарными нотками.

**Горбуша**. Самая популярная икра лососевых, так как ее в принципе производят больше всего: эта рыба по праву считается самой плодовитой. Вкус ее икринок нравится большинству потребителей, потому что в нем практически нет характерной горечи. Размер яиц горбуши достигает 5 мм.

Яркий окрас и сильный селедочный запах выдают искусственный или уже испорченный продукт. Если положить икру в горячую воду — натуральная икра немного побелеет и опуститься на дно, а искусственная раствориться, окрасив воду.

Кроме того, обратите внимание на упаковку:

* Внимательно прочитайте этикетку, на ней должно быть написано название рыбы, из которой была изъята икра, дата изготовления и дата фасовки. В нашей стране красная икра производится на Камчатке и на Сахалине и заготавливается в период нереста рыб, с июня по сентябрь.
* Маркировка на жестяной банке обязательно должна содержать дату изготовления продукта (не расфасовки), слово «ИКРА», номер завода-изготовителя, номер смены, а также индекс рыбной промышленности «Р». Обратите внимание, что надпись должна быть «выбита» изнутри, вдавленная надпись свидетельствует о подделке.
* Маркировка должна содержать информацию: вид рыбы, от которой получена икра; если это зернистая икра, произведенная из мороженой икры рыб семейства лососевых, — слова «произведена из мороженого сырья»; если икра, получена от гибридов рыб семейства осетровых, — наименование гибрида или сочетание видов водных биологических ресурсов (например, слова «икра зернистая русско-ленского осетра»).
* В состав икры могут входить консерванты. Разрешенными консервантами для икры остаются: сорбиновая кислота и ее соли Е-200, Е-201, Е-202, Е-20, бензойная кислота и ее соли Е-211, Е-212, Е-213.
* Подделку также выдает некачественная полиграфия и отсутствие на этикетке подробной информации о продукте и изготовителе.
* Крышка банки не должна проминаться и уж ни в коем случае не должна быть вздутой. Икра должна заполнять баночку полностью, поэтому если при встряхивании вы услышите какое-то бульканье, такую икру не следует покупать.

Хранения красной икры в домашних условиях – в холодильнике для этого выбирают самое холодное место. Так как оптимальным считается режим от -3 до -8 градусов, найти идеальное размещение будет все-таки сложно. Можно ли замораживать красную икру для хранения? Не рекомендуют, но можно. Многие хозяйки таким образом продлевают срок употребления деликатеса.