

Памятка по выбору и мытью фруктов и овощей

С наступлением летнего сезона возникает вопрос - а как правильно выбрать и помыть овощи, фрукты и ягоды? Рекомендуем Вам воспользоваться некоторыми советами.

Как выбрать?

Не приобретайте продукцию в местах несанкционированной торговли, с рук!

Выбирая продукты, обращайте внимание на:

- торговое место. Оно должно быть санкционированным (желательно покупать продукты в магазинах, сельскохозяйственных рынках) и содержаться в чистоте;
- соблюдение продавцом правил личной гигиены, его внешний вид (чистая санитарная одежда, головной убор);
- наличие документов, свидетельствующих о качестве и безопасности продукции;
- запах, внешний вид (цвет, сухость и отсутствие признаков гниения), плотность.

Как мыть?

Вода, которая будет использоваться для обработки рук и продуктов, должна быть пригодной для питьевых целей.

Перед мытьем плодоовощной продукции необходимо тщательно помыть руки.

Для каждого продукта существует свой подход:

- капусту необходимо очистить от верхних слоёв, а после промыть под прохладной проточной водой;
- корнеплоды необходимо очистить от земли, для этого надо залить их теплой водой, подождать минут 10, а затем землю очистить щеткой и тщательно промыть.
- зелень необходимо перебрать и удалить корни, пожелтевшие листья, затем на 15 минут поместить в глубокую посуду с холодной водой. После промыть зелень под холодной водой;
- помидоры, огурцы, перец, баклажаны нужно мыть под проточной водой руками или при помощи щетки;
- перед мытьем репчатого лука необходимо удалить его донце, очистить от сухой шелухи и помыть под холодной проточной водой;
- фрукты рекомендуется тщательно промывать под холодной проточной водой. Цитрусовые можно сначала ошпарить кипятком, а после промыть под

холодной проточной водой. Гроздь винограда, не отрывая ягоды, разделить и промыть под проточной водой. Затем дать воде стечь.