

PRZETWORY MIĘSNE

– tradycyjny smak świąt



Wielkanoc to czas, kiedy na stole królują najwyższej jakości wędliny, pasztety i kielbasy. Biała kielbasa to wielkanocny klasyk, często podawana z chrzanem lub w żurku.

Na co zwrócić uwagę wybierając przetwory mięsne?

-  **Kupując wędliny wybieraj te z wysoką zawartością mięsa** – posiadają one w swoim składzie mniej dodatków i wypełniaczy (np. skrobia, białko sojowe, błonnik pszenny), a większą ilość mięsa; informację o procentowej zawartości mięsa lub z ilu g mięsa wyprodukowano 100 g produktu gotowego znajdziesz zawsze na etykiecie; dobre wędliny to te, które zawierają **powyżej 90% mięsa**;
-  **unikaj produktów z długim wykazem składników**, w tym zawierające takie dodatki jak **fosforany**, które wiążą wodę powodując zwiększenie masy końcowej produktu (E450-E452) czy zawierających MOM czyli mięso oddzielone mechanicznie;
-  **MOM to** nie to samo co mięso, więc jeśli zobaczysz na etykiecie ten składnik rozważ czy taki rodzaj produktu Cię interesuje;
-  **peklosól** jest powszechnie stosowana w przemyśle wędliniarskim, jest to **mieszanka soli i azotynów albo azotanów, np. azotynu sodu E 250**; stosowana jako substancja konserwująca, pomagająca zachować czerwoną barwę mięsa oraz poprawiająca jego smak i aromat, **peklosól skutecznie hamuje rozwój bakterii**, w tym w kielbasianego, co jest kluczowe dla bezpieczeństwa żywności;
-  kielbasa biała surowa czy parzona? – pierwsza wymaga przed spożyciem obróbki cieplnej, druga nadaje się do jedzenia bezpośrednio po zakupie;
-  **kielbasa biała surowa czy kielbasa surowa biała** – różnica w nazwie niewielka, ale znacząca w kwestii możliwości dodawania substancji konserwujących, do kielbasy surowej białej można dodawać azotyny (azotyn potasu E249, azotyn sodu E250) natomiast w przypadku kielbasy białej surowej jest to niedozwolone;
-  wybieraj wędliny zawierające sól oraz **naturalne przyprawy** takie jak, pieprz, czosnek czy zioła, a nie wzmacniacze smaku (np. glutaminian sodu E 621);



- ➡ sprawdź czy w skład przetworów mięsnych wchodzi **woda**, jeśli występuje w wykazie składników to znaczy, że jej ilość w wyrobie gotowym jest większa niż 5% - dodatek wody ma na celu zwiększenie masy produktu, poprawę jego soczystości, jednak jej **nadmierna ilość może negatywnie wpływać na jakość produktu**;
- ➡ informacje **o składnikach alergennych** znajdujących się w produkcie zawsze będą wyróżnione w wykazie składników np. pogrubioną czcionką;
- ➡ informację o tym czy **osłonka wędliny jest jadalna czy nie** znajdziesz w oznakowaniu produktu, np. poprzez podanie informacji „osłonka wędliny jest niejadalna” lub „osłonka - jelito wieprzowe”;
- ➡ gdy kupujesz wędlinę bez opakowania (luzem, pakowaną na życzenie w miejscu sprzedaży) zawsze **masz prawo znać jej skład** i oczekiwać dostępności tych informacji;
- ➡ przetwory mięsne często **pakowane są próżniowo** lub w **atmosferze gazów ochronnych** – oba sposoby pakowania nie obniżają jakości produktów, a jedynie przedłużają ich trwałość;
- ➡ kiedy już dokonasz wyboru **sprawdź w jakich warunkach i jak długo możesz przechowywać zakupione wędliny**, szczególnie zwróć uwagę na czas i warunki przechowywania po otwarciu opakowania – pamiętaj, że termin przydatności znajdujący się na opakowaniu dotyczy produktów zamkniętych, kiedy opakowanie zostanie otwarte termin przydatności zmienia się i znacząco skraca – najczęściej jest to 48 godzin.

Po informacje o innych produktach wejdź na stronę:

<https://www.gov.pl/web/wijhars-olsztyn/smaki-jakosci-w-wielkanocnym-koszyku-czyli-czym-kierowac-sie-przy-wyborze-produktow-nie-tylko-do-swieconki>

lub skorzystaj z kodu QR



facebook.com/IJHARSolsztyn



instagram.com/wijhars_olsztyn