Автор: adm
22.06.2020 06:52 -

Памятка «Правила выбора качественного хлеба»!

Современный ассортимент хлебобулочных изделий поражает своим многообразием. Делая выбор в пользу того или иного хлебобулочного изделия, очень важно не ошибиться и купить действительно качественный и полезный хлеб.

Виды хлеба

Пшеничный хлеб – это белый хлеб с высоким содержанием муки и крахмала. Рекомендуем выбирать приготовленный из муки грубого помола.

Ржаной хлеб – это серый хлеб с высоким содержанием клетчатки и белков богатых лизином, способствующий выведению из организма канцерогенов и токсинов. Кроме того, нормализует обмен веществ, а также полезен при авитаминозе и сахарном диабете.

Гречневый хлеб - еще один вид серого хлеба, богат калием, фосфором, железом, цинком, селеном, марганцем и магнием, рутином, антиоксидантами, витаминами группы В и Е. Рекомендовано употреблять при заболеваниях сосудов.

Зерновой хлеб - серый хлеб с содержанием злаковых зерен богат витаминами и минеральными веществами. Благотворно влияет на обменные процессы и способствует нормализации микрофлоры кишечника.

Отрубной - хлеб с отрубями. Защищает от развития желудочно-кишечных заболеваний и способствует снижению веса.

Бездрожжевой хлеб - серый, грубый, плотный хлеб с высоким содержанием витаминов

группы В и РР. Не вредит кишечной микрофлоре, способствует работе кишечника, а также обладает противовоспалительными свойствами.

Хлеб из пророщенного зерна (без муки) - серый хлеб с высоким содержанием витаминов С и Е, тиамином и пищевыми волокнами. Очищает организм, способствует выведению вредных веществ, понижает уровень холестерина, а также благоприятно влияет на кожу и волосы человека.

Правила выбора качественного хлеба.

1. При покупке хлеба обратите внимание на его внешний вид. Он должен быть правильной формы, без крупных трещин и подрывов, боковых наплывов вмятин. В мякише не должно быть комков и пустот. Сожмите хлеб в руках и посмотрите, как долго он восстанавливает первоначальную форму. Попробуйте сжать и разжать хлеб, он должен приобрести первоначальный вид, если осталась вмятина – значит, данное изделие плохо пропекли. Если вы заметили, что мякиш неестественно липкий и тянется, это может быть признаком того, что хлеб заражен грибком или картофельной палочкой, также признаком поражения является наличие цветных пятнышек внутри булки. От такой покупки стоит отказаться.

2. Цвет пшеничного хлеба согласно ГОСТ 27842-88 «Хлеб из пшеничной муки. Технические условия» должен быть от светло-желтого до темно-коричневого, допускается белесоватость для пшеничного хлеба, изготовленного из обойной муки.

Цвет ржаного хлеба согласно ГОСТ 2077-84 «Хлеб ржаной, ржано-пшеничный и пшенично-ржаной. Технические условия» должен быть: темно-коричневый для бородинского хлеба и от светло-коричневого до темно-коричневого для остальных видов хлеба.

3. Если изделие слишком легкое, это значит, что при приготовлении использовалось слишком много разрыхлителя. Такой хлеб будет плохо резаться и сильно крошиться. Согласно ГОСТ 27842-88 «Хлеб из пшеничной муки. Технические условия», а также ГОСТ 2077-84 «Хлеб ржаной, ржано-пшеничный и пшенично-ржаной. Технические условия» вес хлеба не должен превышать 3 кг.

4. Выбирайте хлеб в заводской упаковке. Оптимальный вариант — если это пакет, скрепленный специальной клипсой. Такие изделия лучше хранятся и остаются чистыми после перевозки и размещения на прилавках магазинов.

Согласно ГОСТ 27842-88 «Хлеб из пшеничной муки. Технические условия» и ТР ТС 022/2011 «Пищевая продукция в части ее маркировки» на упаковке хлебобулочных изделий должна быть нанесена следующая обязательная информация:

- наименование предприятия-изготовителя, его товарный знак;

- наименование изделия;

- масса изделия;

- дата и смена выработки;

- обозначение стандарта;

- информация об энергетической ценности, содержании белка, жира и углеводов в 100 г изделия и содержании молочной сыворотки по рецептуре.

- состав;

- срок годности пищевой продукции;

- условия хранения;

- рекомендации и (или) ограничения по использованию, в том числе приготовлению

пищевой продукции;

- сведения о наличии в пищевой продукции компонентов, полученных с применением

генно-модифицированных организмов;

- единый знак обращения продукции на рынке государств – членов Таможенного союза.

Обратите внимание! Срок реализации в розничной торговой сети с момента выемки из печи должен составлять: для пшеничного хлеба не более 24 ч, для ржаного хлеба из сеяной муки – 24 ч, для остальных видов ржаного хлеба – 36 ч.

Не допускается к реализации хлеб, имеющий посторонние включения, хруст от минеральной примеси, признаки болезней и плесени!

Хранить хлебобулочные изделия дома лучше всего в хлебнице или закрытой посуде. В ней обязательно должны быть вентиляционные отверстия. Для предотвращения появления плесени и неприятного запаха в хлебнице необходимо еженедельно проводить очистку посуды от крошек и мыть ее слабокислым раствором.

Напоминаем, что заплесневевший хлеб содержит микотоксины – вещества, которые обладают канцерогенным действием и отравляют организм. Ни обжаривание, ни подсушивание, ни срезание пятнышек не сделают такой хлеб безопасным, ведь корни плесенного грибка распространяются очень быстро и проникают вглубь продукта.