

УДК 637.5.04/07

О. А. Данилова, А. Г. Сепеева**Марийский государственный университет, Йошкар-Ола****ОЦЕНКА КАЧЕСТВА МЯСА И МЯСОПРОДУКТОВ**

Человек получает с мясом и мясными продуктами все необходимые ему минеральные вещества и микроэлементы. Особенно богата мясная пища фосфором, натрием, калием, серой, железом, медью, кобальтом, цинком и йодом. Мясопродукты, в частности колбасные изделия, характеризуются более высокой усвояемостью, по сравнению с исходным сырьем, так как в их состав входит мясо, из которого удалены несъедобные, малопитательные части.

Ключевые слова: мясо, мясные продукты, колбасные изделия, питательные вещества.

Актуальность. В настоящее время люди все чаще стали употреблять в пищу мясо и мясопродукты. Но стоит задуматься о качестве продукта, который вы покупаете. Мясо и мясопродукты содержат комплекс весьма ценных питательных веществ. Они обогащают организм человека белками, жирами и углеводами.

Самая важная составная часть мяса – это белок, в котором заключена питательная и строительная ценность. Также важны для организма жиры, минеральные и экстрактивные вещества. Ведь жир является источником энергии, а также он улучшает вкусовые качества мяса. Содержание в мясе витаминов группы В, РР способствует лучшему усвоению пищи.

Человек получает с мясом и мясными продуктами все необходимые ему минеральные вещества и микроэлементы. Особенно богата мясная пища фосфором, натрием, калием, серой, железом, медью, кобальтом, цинком и йодом. Мясопродукты, такие как колбасные изделия, характеризуются более высокой усвояемостью, по сравнению с исходным сырьем, так как в их состав входит мясо, из которого удалены несъедобные, малопитательные части. Из всего перечисленного может сложиться впечатление, что мясные продукты действительно полезны. Но никто не задумывался, из чего состоят эти продукты и как на самом деле выглядит качественный и полезный продукт.

На рынке нам предоставляют огромный выбор ассортимента мяса. Однако найти нужный продукт – дело непростое. Как не попасться на уловки, к которым могут прибегнуть продавцы, чтобы продать покупателю некачественный продукт?

Важнейшим показателем качества мяса является его свежесть. Мясо должно иметь свежий и приятный запах, нежную и мраморную структуру. Для начала изучите цвет мяса. Охлажденное мясо в зависимости от вида животного может иметь следующие цвета. Органолептическая оценка качества мяса приводится в таблице.

Органолептическая оценка качества свежего мяса

Вид животного	Цвет свежего мяса	Внешний вид жировой ткани
Говядина	от розового до темно-красного	от белого до желтоватого
Телятина	от молочно-розового до розового	белый
Свинина	от светло-розового до розового	от белого до бледно-розового
Баранина	от розового до красно-вишневого	белый, желтоватый
Курица	бледно-розовый	желтоватый

Вывод: стоит учесть, чем старше было животное, тем темнее будет цвет мяса. Цвет замороженного мяса быстро меняется даже при незначительном нагревании: в месте прикладывания пальца должно образоваться ярко-красное пятно. Далее следует оценить запах и консистенцию мяса. Мясо не должно иметь посторонних запахов. Аромат мяса должен быть приятным и аппетитным.

Охлажденное мясо должно быть упругим. Чтобы проверить его свежесть, несильно надавите на кусок мяса, появившаяся от нажатия ямка должна быстро выровняться, буквально через 5–10 с. Свежее охлажденное мясо на разрезе должно быть слегка плотным, эластичным, суховатым, но не липким.

С мясом мы определились. Но как быть с готовой продукцией из мяса – мясными продуктами? Что скрывают от нас производители?

Среди мясных продуктов на первом месте – вареные колбасы. Всем известны «докторская», «молочная», «к чаю» и другие. Эти колбасы отличаются небольшим содержанием пряностей, тонко измельченным фаршем, добавлением молока, яиц.

Также среди колбас выделяют – «кровяную». Ее ценят за неизменно хороший вкус, высокое качество и ощутимую пользу для здоровья. Например, рекомендуется «кровяная» колбаса при анемии.

Копченые, полукопченые и жирные колбасы содержат много жира и в 2 раза больше нитритов, чем вареные. Очевидно, что в питании больных их лучше не применять. И, следовательно, здоровым людям лучше ограничить жирные колбасы в питании, ведь они трудно перевариваются и затрудняют работу органов пищеварения, в особенности печени и поджелудочной железы.

Все колбасы соответствуют определенным свойствам. Окраска фарша на разрезе однородная. Возможны кусочки шпика белого цвета или с розоватым оттенком. Фарш без воздушных пустот. Консистенция ливерных и кровяных колбас – мажущаяся; вареных и полукопченых – упругая, плотная, не рыхлая, копченых – плотная. Запах и вкус, свойственные данному виду изделий, – с ароматом специй, без признаков затхлости, кислотности, посторонних привкусов и запахов.

Выбрав нужный продукт, нужно не забывать о сроке годности и способе его хранения. От соблюдения условий хранения мяса зависит его степень сохранности, а значит, и обеспечение безопасности при дальнейшем его использовании. Именно холод позволяет максимально полно сохранить вкусовые, пищевые и технологические свойства мяса и мясопродуктов в течение длительного времени. При понижении температуры в мясе резко замедляются физико-химические, биохимические и микробиологические процессы. При низкой температуре тормозится или полностью останавливается рост микроорганизмов, а большинство бактерий совершенно прекращают рост при 0 °С.

Охлажденное мясо сохраняется свежим при температуре 0–2 °С примерно сутки. При этой же температуре лучше всего размораживать мясо, чтобы оно осталось сочным. А замороженное мясо нужно хранить от –18 до –25 °С. Свинина при этой температуре сохраняется около 8 месяцев, баранина – примерно 10, говядина – 12 месяцев, а мясо

птиц от 72 часов. Повторное замораживание размороженного мяса не допускается.

Буженину, окорок, ненарезанный мясной рулет, вареную, фаршированную и «кровяную» колбасы, ливер, сардельки, сосиски можно до трех суток хранить при температуре от 0 до +8 °С. Полукопченую и варено-копченую колбасы можно хранить и при комнатной температуре в течение трех суток, однако в холодильнике при температуре от 0 до +8 °С она сохраняется гораздо дольше – до десяти суток. Сало хранят при температуре не выше +1 °С. Открытые мясные консервы при температуре от 0 до +8 °С можно хранить до двух суток.

В настоящее время с развитием инноваций мы стали меньше уделять внимание качеству производства продуктов. Все чаще мы добавляем в продукт много пищевых добавок для более длительного периода хранения, а также для улучшения вкуса и аромата. Каррагинан, нитрит натрия и калия, пирофосфаты... Это не элементы таблицы Менделеева, а то, чего сегодня так много в колбасе, сосисках и других мясопродуктах. Именно эти химикаты придают колбасам такой пикантный вкус и аромат. Мы любим запах не натуральной свинины и говядины, а этих веществ.

При покупке мясопродуктов примите к сведению несколько советов:

- выбирая мясопродукты, обратите внимание на их цвет. Опасайтесь ярко-красных продуктов – это явно красители. От колбас темного цвета также стоит отказаться – это говорит о большом количестве консервантов. Например, колбасы, сосиски должны иметь серовато-розовый срез без капель жира или воды;

- обратите внимание на консистенцию. Если вареная колбаса неестественно мягкая, значит, в ней много соли или клетчатки. «Мясная» довольно тверда на ощупь;

- отличить колбасу, сделанную из старого мяса, можно при покупке. Нужно отрезать небольшой кусок и осмотреть срез. Если на нем выступили капли жира, значит, колбаса сделана из старого мяса;

- также в колбасах возможно большое содержание крахмала. Ведь чем больше в колбасе крахмала, тем меньше в ней мяса. Определить это можно самостоятельно и в домашних условиях. Капните на краешек колбасы каплю йода. Если капелька окрасится в синий цвет, содержание крахмала очень высоко.

Несмотря на это, не стоит совсем отказываться от продуктов из мяса. Ведь они являются

источниками незаменимых аминокислот, таких как железо, и витаминов групп В.

Покупая мясо или мясопродукты, выбирайте те, в которых больше мяса, меньше жира, крах-

мала, растительных компонентов и химических добавок с индексом Е. Иными словами, чем продукт натуральнее, тем он лучше и полезней.

UDK 637.5.04/07

O. A. Danilova, A. G. Sepeeva

Mari State University, Yoshkar-Ola

MEAT AND MEAT PRODUCTS QUALITY ASSESSMENT

Due to meat and meat products a person gets all the necessary minerals and trace elements. Meat food is particularly rich in phosphorus, sodium, potassium, sulfur and iron. And so on copper, cobalt, zinc and iodine. Meat products such as sausages, are characterized by a high digestibility compared with the raw material. They contain meat from without inedible parts of low nutritional value.

Keywords: meat, meat products, sausages, nutrients.