



Какое из растительных масел самое свежее и качественное

После новогодних застолий нам всем нужна небольшая разгрузка. Поэтому давайте заправлять салаты растительным маслом, а не майонезом. Мы выяснили, как выбрать качественное масло

Вкус в числах

Для этого мы сдали на экспертизу в Испытательный центр продуктов питания и продовольственного сырья «Ростест-Москва» пять литровых бутылок растительного масла разных марок. При тестировании специалисты учитывали такие критерии, как кислотное и перекисное числа – они отражают свежесть масла. Кислотное число показывает, можно ли употреблять этот продукт в пищу, определяет содержание свободных жирных кислот: чем больше – тем хуже, ведь их накопление свидетельствует о снижении качества и потере свежести масла. Перекисное число отражает содержание пероксидов – продуктов окисления жирных кислот. Неочищенное, а также несвежее масло имеет более высокое перекисное число. Таким образом, мы выяснили, что самым свежим на момент покупки оказалось масло «Слобода» (см. таблицу), а лучше всего производитель очистил масло «Злато».

Другой показатель свежести растительного масла – это анисидиновое число. Оно позволяет оценить содержание в растительном масле вторичных продуктов окисления (альдегидов). По ним

можно, в свою очередь, судить о более глубокой (вторичной) порче продукта. Ни один из проверенных производителей не вышел за рамки дозванных значений – испортившихся образцов среди купленных нами не оказалось.

По цвету рафинированного масла определить его качество может любой покупатель. Чем оно светлее (прозрачнее) – тем лучше. Этот фактор отражает цветное число. У хорошего рафинированного масла цветность должна быть ниже. Два образца из проверенных пяти имеют наиболее высокие значения цветного числа, зато один приятно удивил – его цвет оценили как почти идеальный (см. таблицу). Кстати, это масло самое дешёвое.

А что внутри?

Успешно все производители прошли и «холодный» тест, и тест на «мыло». С помощью первого можно обнаружить в масле частицы восков и воскоподобных веществ. Тест на «мыло» показывает наличие мылоподобных веществ, которые дают неприятный осадок. Ни тех ни других веществ согласно ГОСТам быть не должно.

Кроме того, эксперты проверили наши образцы на наличие таких

токсичных веществ, как кадмий и бензопирен (или бензпирен). Последний относится к полициклическим ароматическим углеводородам (ПАУ). Это группа канцерогенных, то есть способных вызывать рак, веществ. В масло из семян подсолнечника переходит до 95% бензопирена. Как ни странно, в отечественных стандартах нет норм по допустимому содержанию бензопирена. В то же время директива Комиссии Европейского союза 1881/2006 устанавливает норму по содержанию бензопирена для масел и жиров не более 0,002 мг/кг. Только в одном из образцов эксперты не обнаружили и следа этого вредного вещества. В остальных он присутствует, но его доля ничтожно мала.

Кадмий – это токсичное вещество, наиболее вероятный загрязнитель семян подсолнечника (а следовательно, и масла), переходящий из загрязнённой почвы. Действующие нормативы допускают его содержание, но не более 0,05 мг/кг. Все исследованные образцы не превысили этот показатель.

«Рафинированное масло, очищенное от примесей, идеально подходит для жарки продуктов, – добавляет Михаил БЕЛЕВСКИЙ, врач-диетолог московской клиники.

Название	Цена	Кислотное и перекисное числа, мг КОН/г и моль активного кислорода/кг	Цветное число, мг йода	Бензопирен, мг/кг	Кадмий, мг/кг
«IDEAL» Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное вымороженное	74,90 руб.	0,2 и 2,3	5	менее 0,0005	менее 0,01
«ЗОЛОТАЯ СЕМЕЧКА» Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное вымороженное	94,90 руб.	0,2 и 3,4	5	не обнаружен	менее 0,01
«СЛОБОДА» Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное вымороженное	61,90 руб.	0,2 и 1,0	1,0	менее 0,0005	менее 0,01
«ЗЛАТО» Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное вымороженное	91,90 руб.	0,18 и 2,2	7,0	менее 0,0005	менее 0,01
«ОЛЕЙНА» Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное вымороженное	69,90 руб.	0,22 и 1,5	7,0	менее 0,0005	менее 0,01

– А для добавления в салаты, гарниры лучше подходит нерафинированное масло – тёмное, с характерным запахом. Оно не подвергается высокой температурной обработке, как рафинированное, содержит больше полезных веществ».

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА

Роман ГАЙДАШОВ, эксперт ОЗПП «Общественный контроль»:

– При выборе рафинированного масла обратите внимание на маркировку – масло бывает премиум,

высшего, первого и второго сортов. Качество у них заметно отличается. Важна дата выработки.

Кстати, многие производители пишут, что их масло содержит витамин Е. Это рекламный трюк: витамин Е содержится в любом растительном масле. Не храните масло на свету – оно выцветает и окисляется.

Никогда не наливайте его на перекалённую сковородку – может воспламениться. И не оставляйте нагреваться без присмотра. В очередной раз подтверждается: дорогой продукт не всегда самый качественный.

Юлия Гарматина,
корреспондент газеты «Аргументы и Факты»



ЛЕНПРОДМАШ

Оборудование для линий разлива



Машина фасовочно-укупорочная ЛПМ2-5.21
Предназначена для розлива вязких и "тихих" жидкостей в ПЭТ и стеклянные бутылки с последующим закупориванием пластиковыми или алюминиевыми колпачками.
Пищевые жидкости, растительное масло, соусы, сиропы, сок и т.д.
Технические жидкости, жидкие моющие средства, шампуни, технические масла и т.д.



Машина фасовочно-укупорочная ЛПМ2 ПЭТ
Является самой универсальной системой из всего спектра оборудования.
Предназначена для фасования:
Безалкогольных газированных напитков, искусственно минерализованных и минеральных вод, слабоалкогольных газированных напитков.

190020, Россия, С-Петербург, Рижский пр., 40
тел.: (812)251-06-03, 251-66-51, факс: (812) 251-11-23
e-mail: market@lenprod mash.ru, reclama@lenprod mash.ru

www.lenprod mash.ru