



## О рекомендациях как выбрать красную икру

В преддверии новогодних праздников Роспотребнадзор рекомендует обратить внимание на некоторые важные моменты при выборе красной икры.

Икра лососёвых пород рыб, таких как горбуша, кета, нерка, семга, форель – весьма ценный пищевой продукт. Красная икра содержит полиненасыщенные жирные кислоты, легкоусвояемые белки, богата йодом, кальцием, фосфором, железом, витаминами А, D, E, группы В, фолиевой кислотой.

Важно помнить о правилах выбора красной икры, чтобы приобрести качественный и безопасный продукт.

- Не приобретайте красную икру с рук и в местах несанкционированной торговли.
- Внимательно прочитайте этикетку, на ней должно быть указано название рыбы, из которой была изъята икра, дата изготовления и дата фасовки.
- Маркировка на жестяной банке обязательно должна содержать дату изготовления продукта, слово «ИКРА», номер завода-изготовителя, номер смены, а также индекс рыбной промышленности «Р». Обратите внимание, что надпись должна быть «выбита» изнутри.
- Не приобретайте икру, в состав которой входит пищевая добавка E-239 (уротропин). Ранее ее применяли как консервант, однако с 2008 года она была запрещена, так как при разложении в кислой среде желудка из уротропина выделяются ядовитые токсические вещества (формальдегиды). Разрешенными консервантами для икры остаются E-200, E-201, E-202, E-203, E-211, E-212, E-213.
- Крышка банки не должна проминаться и не должна быть вздутой, икра должна заполнять баночку полностью.
- Икринки натурального продукта мелкие, однородные, рассыпчатые и цельные, не имеют пленок и трещинок. Если икра истекает соком, а икринки - «сдувшиеся», вероятно, икру уже размораживали.
- Натуральные икринки имеют ядро, искусственные же икринки однородны.
- Натуральные икринки лопаются при слабом нажатии, оболочка искусственных икринок более жесткая, сложно лопающаяся.
- Если положить икру в горячую воду, натуральная икра немного побелеет и опустится на дно, а искусственная растворится, окрасив воду.
- Хранить икру необходимо в холодильнике при температуре указанной производителем на упаковке товара. При соблюдении этих условий можно гарантировать качество продукта. В открытой жестяной банке икру лучше не хранить, рекомендуется переложить ее в чистую сухую стеклянную емкость.

Если у вас возникли сомнения в качестве и безопасности продукта, обращайтесь в территориальный орган Роспотребнадзора по субъекту Российской Федерации для проведения проверочных мероприятий с лабораторным контролем.

**РОСПОТРЕБНАДЗОР**  
ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-353-49-43

## КАК ВЫБРАТЬ КРАСНУЮ ИКРУ

**⚠ НА УПАКОВКЕ ДОЛЖНО БЫТЬ УКАЗАНО:**

1. Название рыбы, из которой получили икру
2. Дату производства и упаковки
3. Индекс\* рыбной промышленности «Р» на упаковке
4. Срок годности

**🔍 РАЗРЕШЕННЫЕ КОНСЕРВАНТЫ**  
E200, E201, E202, E203, E211, E212, E213

**⚠ ЗАПРЕЩЕННЫЕ КОНСЕРВАНТЫ**  
E239

Подробнее на [www.rospotrebnadzor.ru](http://www.rospotrebnadzor.ru)

**СРОК ХРАНЕНИЯ**  
Сроки хранения при температуре -4 -2°C

- невскрытая упаковка до 2 лет
- вскрытая упаковка не более 3 суток

**Натуральная икра**  
Икринки лопаются при слабом нажатии  
В горячей воде икринки слегка белеют и опускаются на дно

**Искусственная икра**  
Икринки жесткие и лопаются с трудом  
Икринки растворяются и окрашивают воду

**⚠ НЕ ПОКУПАЙТЕ ИКРУ В МЕСТАХ НЕСАНКЦИОНИРОВАННОЙ ТОРГОВЛИ**

Полиненасыщенные жирные кислоты  
витамины А, D и E  
белки  
Са кальций  
P фосфор

Источник: Официальный сайт Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека <https://rospotrebnadzor.ru>