****

**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО ВЕТЕРИНАРНОМУ И ФИТОСАНИТАРНОМУ НАДЗОРУ**

**АЛТАЙСКИЙ ФИЛИАЛ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ОЦЕНКИ БЕЗОПАСНОСТИ И КАЧЕСТВА ПРОДУКЦИИ АГРОПРОМЫШЛЕННОГО КОМПЛЕКСА»  
(Алтайский филиал ФГБУ «ЦОК АПК»)**

**г. Барнаул, Комсомольский пр-т, д. 80г, 656056  
тел./факс 8(3852) 50-34-04, e-mail:** [**altai@fczerna.ru**](mailto:altai@fczerna.ru) **ОГРН 1037739548032, ИНН 7729133509, КПП 222503001, ОКВЭД 71.20, 85.30, 81.29.1, 75.00 ОКПО 41084090**

**Шампиньоны: как выбрать качественные и свежие грибы**

Шампиньоны – самые популярные грибы. 29 марта отмечается посвященный им гастрономический праздник – День шампиньонов, который появился в России не случайно и связан с именем русского агронома Ефима Грачева, а точнее, с днем его рождения. В 1848 году ему удалось не только создать хозяйство по выращиванию грибов на своем огороде на окраине Санкт-Петербурга, но и довести объемы производства до рекордных по тем временам 4 тонн в год.

В настоящее время производство на грибных фермах в России переживает бурный рост, а лидером по выращиванию в мировых масштабах является Китай. Эксперты Алтайского филиала ФГБУ «ЦОК АПК» рассказали, как в лабораторных условиях проверяют грибы на показатели безопасности, а также дали рекомендации по выбору самых популярных грибов во всем мире.

**За что любят шампиньоны**

Главное преимущество – пищевая ценность: по составу они близки к мясу, в них содержится большое количество белка – 4 % суточной нормы, совершенно нет жиров и лишь 1 % углеводов. Помимо этого, шампиньоны богаты пантотеновой кислотой, которая снижает «плохой» холестерин, а также селеном – микроэлементом, который борется с раковыми клетками. Ученые выделяют в шампиньонах бета-глюкан, он снижает уровень сахара в крови, и кобальт, необходимый нашему организма для синтеза инсулина.

Эти грибы нашли широкое применение не только в кулинарии, их используют в народной медицине и косметологии.

**На что обращают внимание при покупке**

Обычно на прилавке покупатель видит уже расфасованные в специальные упаковки грибы: после сбора на производстве их калибруют вручную, не допуская механического воздействия, от которого шампиньоны быстро портятся.

У качественных свежих шампиньонов массивная молочно-белая, светло-серая или светло-коричневая шляпка, потемневшая – показатель начала окислительного процесса, такой лучше не выбирать, он не будет храниться и обладать полезными свойствами. На поверхности не должно быть повреждений и тем более признаков порчи.

Второй важный критерий – упругость: при покупке можно аккуратно надавить на гриб и определить, насколько он твердый, на нем не должны оставаться углубления. Эксперты также советуют обращать внимание на то, что внутри упаковки не должно быть влаги, грибы должны быть без налета, чистыми.

**Как обработать перед приготовлением и сохранить грибы дома**

При подготовке шампиньонов лучше немного ополоснуть их водой под краном и разложить на бумажное полотенце. Если на свежих грибах есть небольшие загрязнения, их лучше убрать губкой, замачивать не стоит – в этом случае теряются вкусовые качества. Чтобы почистить гриб, достаточно аккуратно снять кожицу, удалить «юбочку» и потемневший срез на ножке.

Оставлять шампиньоны при комнатной температуре нельзя, они испортятся через 6-9 часов, поэтому хранение возможно только в холодильнике, при этом стоит обращать внимание на срок годности на упаковке. Неиспользованные при готовке грибы – чистые и свежие – специалисты советуют заморозить, при температуре бытовой морозильной камеры – 18 градусов °С они могут оставаться пригодными в пищу до 6 месяцев.

**Как определяют качество и безопасность грибов**

В лабораториях ФГБУ «ЦОК АПК» проводится контроль импортных партий грибов. Специалисты проводят энтомологические исследования и идентифицируют опасных вредителей, которые могут быть в шампиньонах. Помимо этого, испытания проводятся на соответствие требованиям Технического Регламента Таможенного Союза ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции», а именно на показатели безопасности: токсичные элементы (мышьяк, свинец, кадмий), остаточные количества пестицидов, а также на паразитологические исследования и микробиологические показатели (патогенные микроорганизмы, в том числе сальмонеллы).