

# КАК ПРАВИЛЬНО ВЫБИРАТЬ И ХРАНИТЬ ПОПУЛЯРНЫЕ ЗАМОРСКИЕ ПЛОДЫ

## АНАНАС ПРОВЕРЬТЕ НА ЦВЕТ, ЗАПАХ И ЗВУК

АНАНАСЫ привозят к нам из тропических стран. Доставка осуществляется по морю или по воздуху. По морю их везут, естественно, намного дольше, чем самолетом. Поэтому плоды срывают недозрелыми, чтобы за время транспортировки они не испортились. Из-за чего в магазинах часто попадаются недозревшие или перезревшие плоды, с потерянным ароматом, присущим ананасу.

### Как же правильно выбирать ананас?

1. Ботва ананаса должна быть большая и зеленая. Попробуйте подергать за



листочки, некоторые из них должны выдернуться легко, это говорит о зрелости плода. Но ни в коем случае листья не должны быть желтыми и выпадать, в таком случае ананас испорчен.

2. Цвет созревшего ананаса должен быть коричневым с желтоватым оттенком и должен меняться от основания плода. У основания он более светлый, а к ботве — темнее. Если много желтого цвета, плод скорее всего перезревший.

3. Запах у спелого ананаса должен быть нежный, сладковатый. Если ананас не имеет никакого запаха, значит, он недозревший. При очень резком запахе, типа брожения или запаха уксуса, плод перезревший, такой ананас покупать не стоит.

4. Спелость плода можно определить по звуку, постучав по нему. Если звук глухой, значит, мякоть ананаса сочная. Если звук пустой, значит, мякоть пересохла.

5. Потрогайте корку ананаса, она должна быть твердой и лишь немного продавливаться при нажатии. Твердый ананас, как правило, недозревший.

6. Если надрезать ананас, легко можно определить степень зрелости: мякоть неспелого ананаса очень бледная, а у созревшего ананаса она насыщенного желто-золотистого цвета.

## КАК ОПРЕДЕЛИТЬ СТЕПЕНЬ ЗРЕЛОСТИ АВОКАДО

ЧТОБЫ ВЫБРАТЬ АВОКАДО, нужно определить степень его спелости. Для этого плод нужно пощупать. Спелый авокадо должен быть плотным — не слишком твердым и не слишком мягким. Если авокадо очень твердый, он неспелый, а слишком мягкий плод скорее всего окажется переспелым.



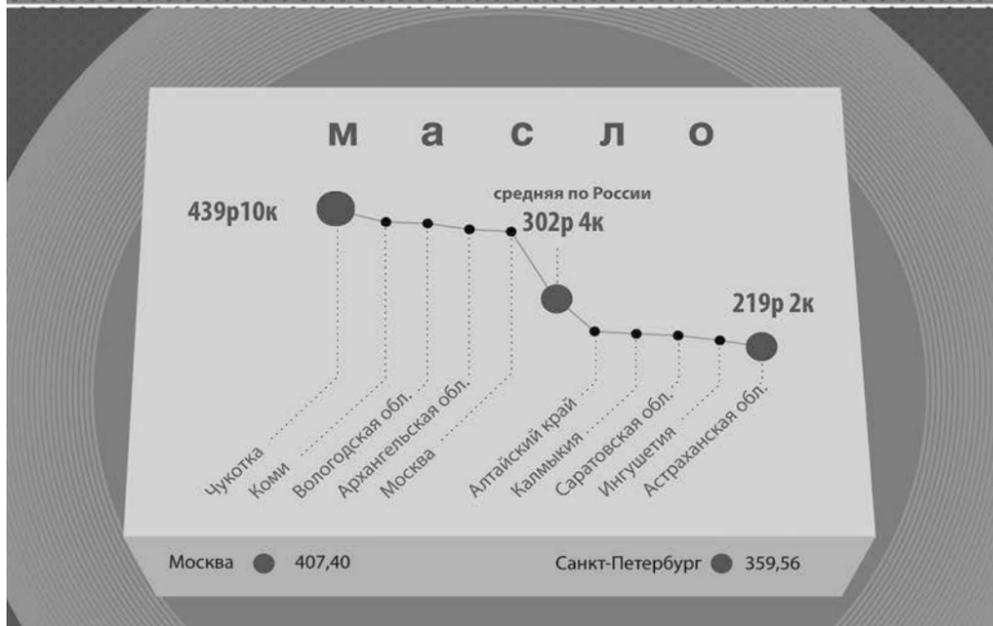
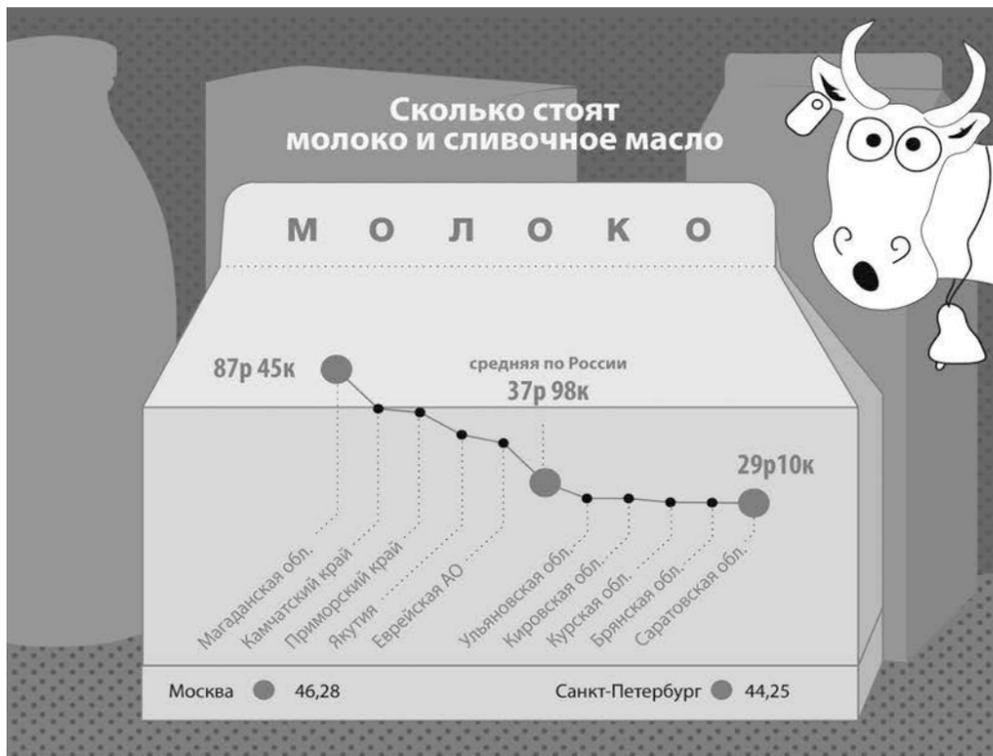
1. Если надавить пальцем на плод, на кожуре должна появиться вмятина, которая постепенно исчезнет. Если вмятина слишком большая и не пропадает — плод переспелый. Кожура у хорошего авокадо должна быть окрашена равномерно, убедитесь, что на ней нет темных пятен и трещинок.

2. Можно определить спелость авокадо и таким способом: возьмите плод и удалите черенок, а затем посмотрите на след от черенка. У слишком спелого авокадо он будет коричневым, у недозрелого — желто-зеленым. Стоит выбрать авокадо, у которого след от черенка имеет ярко-зеленый цвет (возможно, с небольшими прожилками коричневого).

## КСТАТИ

ЕСЛИ у вас нет возможности выбрать авокадо нужной спелости, можно взять недозрелые плоды и дать им дозреть в домашних условиях. Для этого нужно положить плоды в бумажный пакет или завернуть в бумажные полотенца и положить в темное прохладное место на 2 — 4 дня. Ускорить созревание авокадо помогут яблоки или бананы. Для этого положите авокадо и бананы или яблоки в бумажный пакет, сделайте в нем несколько дырочек и уберите в темное место.

## СТАТИСТИКА



Источник: Росстат



## Не хотите оставить последние деньги на распродажах?

### ПОДГОТОВЬТЕСЬ К ПОХОДУ В МАГАЗИН, СОВЕТУЕТ ПСИХОЛОГ

Полным ходом идет новогодние распродажи. Сейчас действительно можно купить за полцены, а то и дешевле вещь, которая стоила еще совсем недавно кругленькую сумму. Многие заранее облюбовали себе кофточки, платья и обувь, дождались скидок на них и теперь скупают понравившиеся вещи. Однако для многих поход в магазин заканчивается неумеренными тратами. Эффект скидок порой действует как наркотик — не хочешь, а покупаешь. Как не потерять голову в период распродаж и не оставить последние деньги в магазине, покупая то, что и не очень-то нужно? Вот что советует психолог Анна ТИХОНОВА.

1. Прежде чем отправиться в магазин за покупками, еще раз проинспектируйте свой гардероб и определите, какие именно вещи вам нужны, какого цвета и стиля. Не помешает даже составить список и, придя в магазин, не отступать от него.

2. Чтобы ненароком не купить то, что не подходит к вашему гардеробу и диссонирует с вашим стилем, ориентируйтесь на классические вещи, которые никогда не выходят из моды. Например, всегда уместны классический жакет, туфли-лодочки или балетки, белая блузка и т. п.

3. Некоторые, увидев вещь, о которой мечтали, но которая на размер меньше, покупают ее — в надежде похудеть. Этого не стоит делать. Неизвестно, когда вы осуществите свое намерение и осуществите ли вообще, а вещь может так и заваляться в шкафу. Особенно это важно в отношении обуви. Надежда на то, что туфли или сапоги со временем разносятся, практически никогда не оправдывается. Поэтому покупать не свой размер — значит, выбросить деньги на ветер.

4. С другой стороны, не бойтесь покупать вещи, подобные тем, которые у вас уже есть в гардеробе и которые вы с удовольствием носите. Лишняя пара джинсов или цветная рубашка на каждый день, купленные с весомыми скидками, никогда не помешают. Они могут и полежать, но рано или поздно будут востребованы вами. Поэтому такие покупки — это действительно экономно.

5. Хорошо срабатывает следующий прием. Собираясь что-то купить, задайтесь вопросом: «Эта вещь в самом деле так мне нравится, что я купила бы ее и за полную стоимость, а не только потому, что на нее есть скидка?» Если дело только в скидке, покупать не стоит.

6. И еще совет: самый ходовой и всегда всем нужный товар — обувь и сумки. Они раскупаются в первую очередь. Так что вначале отправляйтесь в обувные отделы и в отделы кожаных изделий, а потом уже — за остальным.