



Οι παραδοσιακές ▯ διατροφικές συνήθειες τις ▯ ημέρες του Πάσχα οδηγούν τους καταναλωτές, σύμφωνα με τον ΕΦ-ΕΤ, σε αγορά και κατανάλωση κυρίως φρέσκων,...

μη τυποποιημένων προϊόντων. Η σωστή επιλογή τους και η προσεκτική διαχείριση στο σπίτι από τον καταναλωτή (π.χ. μαγείρεμα, συντήρηση) βοηθούν στη διατήρηση των πλεονεκτημάτων της παραδοσιακής διατροφής αλλά και στην αποφυγή των αρνητικών επιπτώσεων στην υγεία και στα οικονομικά συμφέροντα του καταναλωτή.

Αυτό που γενικά πρέπει να γνωρίζουν οι καταναλωτές είναι ότι πρέπει να αγοράζουν από επίσημα και ελεγχόμενα σημεία της αγοράς. Επίσης να αγοράζουν κρέας που είναι τοποθετημένο μέσα σε ψυγεία ή ψυχόμενες προθήκες και όχι εκτός ψυγείου ή εκτεθειμένο σε σκόνη και μικρόβια.

Οι καταναλωτές πρέπει να δίνουν ιδιαίτερη προσοχή στις συνθήκες υγιεινής του προσωπικού και στην καθαριότητα του εξοπλισμού και του χώρου απ' όπου προμηθεύονται τρόφιμα και να εξετάζουν προσεκτικά την επισήμανση των προϊόντων.

Τι πρέπει να προσέξουν οι καταναλωτές όταν προμηθεύονται αμνοερίφια, συκωταριές, έντερα και γενικότερα κρέας:

Για όλα τα αμνοερίφια εγχώριας παραγωγής, όπως και για τα προερχόμενα από κοινοτικές χώρες, η σφραγίδα καταλληλόλητας έχει χρώμα «τυρκουάζ» («λαμπρό κυανούν») ή ερυθρό «allura» και ωοειδές σχήμα.

Τα αμνοερίφια εισαγωγής από τρίτες χώρες, ελληνικής ή όχι σφαγής, φέρουν υποχρεωτικά όλες τις σφραγίδες σε χρώμα καστανό, δηλαδή την ωοειδή σφραγίδα καταλληλόλητας και σφραγίδα ορθογωνίου παραλληλογράμμου στο εσωτερικό της οποίας επίσης αναγράφεται το όνομα της τρίτης χώρας.

Κάθε σφάγιο θα πρέπει υποχρεωτικά να φέρει σφραγίδες και στα δύο ημιμόρια του.

Τα σπλάχνα, το συκώ τι, οι πνεύμονες, η καρδιά, οι νεφροί να μη φέρουν οζίδια και κύστεις.

Αν επιλέξετε κατεψυγμένα, φροντίστε αυτά να μην έχουν αποψυχθεί. Αν αγοράσετε «εντεράκια» για το παραδοσιακό κοκορέτσι και τη μαγειρίτσα, αυτά δεν πρέπει να παρουσιάζουν μεταβολές του χρωματισμού και να μην είναι εκτεθειμένα στο περιβάλλον, στη σκόνη και τα έντομα. Φροντίστε να τα καθαρίσετε πολύ καλά. Αν προμηθευτείτε κατεψυγμένη συκωταριά, πρέπει να δώ σετε ιδιαίτερη προσοχή στην αναγραφή ημερομηνίας κατάψυξης και λήξης του προϊόντος. Σε καμία περίπτωση οι καταναλωτές δεν πρέπει να προμηθεύονται αποψυγμένα εντόσθια. Τι πρέπει να προσέξουν οι καταναλωτές όταν προμηθεύονται γαλακτοκομικά προϊόντα:

Τα τυριά πρέπει να παρασκευάζονται μόνο σε τυροκομεία που λειτουργούν νόμιμα. Μην αγοράζετε ποτέ «φρέσκα τυριά» από παραγωγούς που τυροκομούν οι ίδιοι δίχως τις νόμιμες εγκρίσεις, διότι οι υγειονομικές συνθήκες παραγωγής τους είναι άγνωστες και πιθανόν μη ορθές.

Τα τυριά θα πρέπει να φέρουν το σήμα αναγνώρισης (οβάλ σφραγίδα) με τα αρχικά της χώρας παραγωγής και τον αριθμό έγκρισης του παρασκευαστή. Επίσης, πάνω στη συσκευασία πρέπει να φέρουν την ημερομηνία παραγωγής, συσκευασίας και ανάλωσης.

Η κοπή των τυριών σε φέτες θα πρέπει να γίνεται παρουσία του πελάτη. Ζητήστε να σας επιδεικνύεται η επισήμανση της αρχικής συσκευασίας.

Τι πρέπει να προσέξουν οι καταναλωτές κατά την προμήθεια αυγών:

Όλα τα αυγά θα πρέπει να φέρουν πάνω στο κέλυφος με καθαρά γράμματα το διακριτικό αριθμό του παραγωγού.

Οι προβλεπόμενες ενδείξεις (πέραν εκείνων που υπάρχουν στο κέλυφος του αυγού) περιλαμβάνουν τον κωδικό αριθμό του ωοσκοπικού κέντρου, την κατηγορία ποιότητας και βάρους, την ημερομηνία ελάχιστης διατηρησιμότητας (28 ημέρες μετά την ημερομηνία ωοτοκίας είναι το μέγιστο επιτρεπτό χρονικό διάστημα).

Η νωπότητα και η καταλληλότητα του αυγού διαπιστώνεται από τον έλεγχο της ημερομηνίας λήξης και των ορθών ενδείξεων στη συσκευασία του, όπως η ημερομηνία συσκευασίας ή ωοσκόπησης.

Το χρώμα του κελύφους συνδέεται με τη φυλή της ωοπαραγωγού όρνιθας και δεν έχει σχέση με την ποιότητά του.

Αποφεύγετε να αγοράζετε αυγά με ακάθαρτο, ραγισμένο ή μη φυσιολογικό κέλυφος.

Αποφεύγετε να καταναλώνετε αυγά με κηλίδες αίματος, ή με ασπράδι θρομβώδες, χρωματισμένο, ανακατεμένο με τον κρόκο και με δυσάρεστη οσμή.

Για την καλή συντήρηση των αυγών που αγοράζετε, μην τα πλένετε, αλλά διατηρήστε τα σε δροσερό χώρο.

Η νωπότητα του αυγού διαπιστώνεται από το μέγεθος του αεροθαλάμου του. Τα φρέσκα αυγά έχουν πολύ μικρό θάλαμο.

Τι πρέπει να προσέξουν οι καταναλωτές κατά την προμήθεια αλλαντικών:

Το περίβλημά τους πρέπει να είναι καθαρό, στεγνό και να μην έχει προσβληθεί από μούχλα.

Να μην έχουν δυσάρεστη οσμή και γεύση.

Να μην είναι ταγγισμένα και να μην έχουν γλοιώδη υφή.

Να διατηρούν το φυσιολογικό τους χρώμα.

Να διατηρούνται στο ψυγείο, εκτός από τα αλλαντικά αέρος, πολλά από τα οποία, όσο είναι ακέραια, μπορούν να συντηρηθούν σε δροσερό μέρος εκτός ψυγείου σε θερμοκρασία μέχρι 18 βαθμούς Κελσίου.

Τι πρέπει να προσέξουν οι καταναλωτές κατά την προμήθεια σοκολατένιων αυγών: Για την αγορά σοκολατένιων αυγών που προσφέρονται κυρίως σε παιδιά, ισχύουν οι γενικοί κανόνες υγιεινής κατά τη συντήρηση, την έκθεση και τη διάθεση από σταθερά και επώδυνα σημεία πώλησης τροφίμων.

Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δίνεται από τους γονείς στο περιεχόμενο των σοκολατένιων αυγών. Αν αυτά περιέχουν παιχνίδια μικρών διαστάσεων μπορεί να προκληθεί πνιγμός ή αυτοτραυματισμός σε παιδιά μικρής ηλικίας. Προσοχή πρέπει να δίνεται και στην υποχρεωτική αναγραφή της σύνθεσης (π.χ. σοκολάτα γάλακτος, σοκολάτα υγείας) και της ημερομηνίας ανάλωσης.

Τι ισχύει για τις βαφές των αυγών:

Οι χρησιμοποιούμενες διακοσμητικές βαφές αυγών είναι οι επιτρεπόμενες από τον Κώδικα Τροφίμων και Ποτών. Για τη διακοσμητική χρώση των αυγών προτείνεται πρώτα η αργή θέρμανση («σε σιγανή φωτιά») και ο βρασμός των αυγών, ώστε να μη σπάσουν. Αφού ολοκληρωθεί ο βρασμός, τα αυγά αφήνονται μέχρι η θερμοκρασία τους να πλησιάσει τη θερμοκρασία περιβάλλοντος και επιθεωρούνται για πιθανά σπασίματα. Προτείνεται να βάφονται μόνο όσα αυγά έχουν παραμείνει ακέραια κατά το βρασμό και να ακολουθούνται προσεκτικά οι οδηγίες χρώσης που αναγράφονται στις συσκευασίες βαφής αυγών.