

## Сибиряку зимой свежий овощ не впрок

Откуда зимой на иркутских прилавках свежие огурцы и помидоры и можно ли их есть?



Заместитель начальника отдела по надзору за безопасным обращением с пестицидами и агрохимикатами Управления Россельхознадзора по Иркутской области Галина Защепина: «Серьезная проблема продовольственной безопасности — бесконтрольный ввоз и применение пестицидов и агрохимикатов китайского производства, запрещенных к использованию на территории России. Статистика выявления у нас такова, что в 2009 году было изъято 352 кг, в 2010-м — 216, а в 2011-м — 38 кг. Только, к сожалению, это свидетельствует не о том, что стали меньше ввозить, просто стали лучше прятать»



Заместитель генерального директора ОАО «Тепличное» Ангарска Александр Колчак: «В рационе иркутян и так немного овощей: всего 40% из необходимого. И даже это количество больше

чем наполовину состоит из привезенных китайских овощей. Магазины и комбинат детского питания предпочитают закупать товар у китайцев из-за того, что разница в цене составляет 40—50 копеек за килограмм. При этом недобросовестные предприниматели стараются выдать китайские овощи за наши, пишут на ценнике «Тепличное» или «Тепличные»



Разобраться на рынке, какой товар лежит перед тобой — местный или «заморский», непросто. Очень часто хитрые торговцы выдают за местное, которое все-таки пользуется большим спросом и доверием иркутян, китайскую продукцию. Если вы наблюдательны, то можете определить на глаз — наши овощи пахнут ярче и выглядят свежее, у них не должно быть неестественно глянцевого блеска и химического запаха. Если же вы не доверяете своим рецепторам — просите показать сертификат на продукцию.

Есть — хорошо, нет — делайте выводы и идите к другому прилавку

Каждый человек с самого детства знает, что овощи и фрукты — это главный источник витаминов и их обязательно надо есть круглый год. Только вот зимой у нас к огурцам и помидорам, а с недавнего времени и к остальным овощам нет доверия. В моркови и картошке исполинских размеров то и дело находят нитраты, огурцы с помидорами стали как-то странно гнить, капуста на срезе быстро становится фиолетовой, лук красит руки в черный цвет, а с фруктов даже мылом трудно отмыть воск. Обозреватель «Пятницы» разбиралась, как обезопасить себя от вредных овощей.

— Недавно я купила в «Слате» пять килограммов картошки, — рассказала «Пятнице» иркутянка Тамара Ивановна. — Сначала просто отварила, к омулю. То, что не съела, оставила на следующий день, но наутро вся картошка оказалась черной. Я ее выбросила, конечно же, стала варить легкий суп: поставила куриный бульон, заправила картошкой и морковкой. Села обедать, смотрю: а весь бульон черный. Стала проверять, что могло так окрасить суп: сварила отдельно морковку — цвет отвара оказался обычным. А вот несколько пластиков картошки дали черный цвет. Как деготь, я потом чашку три дня отмывала.

Когда пенсионерка позвонила в супермаркет, директор удивился и пообещал, что вернет потраченные деньги. А также заверил, что картошку поставляют местные производители. Но Тамара Ивановна забила тревогу: она привыкла заботиться о здоровье своих близких, и ей, конечно же, безразлично, какие продукты они едят. Женщина добилась, чтобы специалисты провели экспертизу. И усилия ее оказались не напрасными: в Иркутской межобластной ветеринарной лаборатории установили, что содержание нитрата в картофеле в 1,5 раза превысило допустимые нормы: 377 мг/кг при нормативе 250 мг/кг.

Понимая, что последствия продажи опасной картошки могут быть серьезными, Управление Россельхознадзора по Иркутской области обратилось в прокуратуру города.

— Контроль за ввозом овощей в Приангарье осуществляет служба Роспотребнадзора, мы же проводим мониторинг продукции, которая растамаживается на территории Иркутской области — это лишь 7% всего ввозимого товара, — пояснила «Пятнице» заместитель начальника отдела по надзору за безопасным обращением с пестицидами и агрохимикатами Управления Россельхознадзора по Иркутской области Галина Защепина. — Кроме того, мы контролируем производство овощей закрытого и открытого грунта, а именно хранение и применение пестицидов и ядохимикатов. На данный момент к местным производителям — ОАО «Тепличное» (Ангарск), ОАО «Ангара» (Усть-Илимск), ОАО «Пурсей» (Братск) — претензий нет. Зато нарушения постоянно фиксируют у граждан Поднебесной, которые приезжают в Иркутский район, покупают у бабушек наделы земли, ставят теплицы и начинают выращивать помидоры с огурцами, подкармливая их запрещенными, а значит, вредными для здоровья препаратами, а потом продают их иркутянам. А чтобы ускорить процесс, они вечером собирают еще совсем зеленые томаты, вкалывают в каждый дозу стимулятора роста и укладывают по коробкам. Наутро уже красными такие помидоры поступают в продажу. И хотя степень воздействия стимуляторов роста, в составе которых аминокислоты, микро- и макроэлементы, гуминовые кислоты, на организм человека изучена не до конца, вряд ли нас ждет приятная новость об их полезности.

Контролирующие органы знают места дислокации китайцев — это села Хомутово, Куда, Урик, Грановщина, и постоянно их проверяют. Только законопослушными от этого пришлые аграрии не становятся. Тот факт, что количество обнаруженных препаратов, которые запрещены в агротехнике, год от года уменьшается — с 352 кг за 2009-й до 38 кг за прошлый год, говорит лишь о том, что китайцы научились их прятать.

— Мы изымаем запрещенные препараты из оборота и заставляем владельцев утилизировать химикаты на специальном полигоне, — говорит Галина Михайловна. — Но процесс не прекращается — они продолжают везти сюда пестициды, занесенные Европейским парламентом в список особо опасных и токсичных. Эти яды вызывают заболевания эндокринной системы, ослабляют иммунитет, увеличивают риск заболевания раком, репродуктивные и умственные патологии.

Россельхоз уже выходил с предложением к муниципальным властям не давать землю в пользование гражданам Китая и снизить квоту на количество въезжающих на территорию Приангарья китайцев. Ведь большинство тех, кто работает в этих теплицах, не имеют никакого образования и профессиональных знаний, не соблюдают элементарных правил гигиены и технику безопасности. Только вот магазины, выбирая, у кого закупать овощи, на это, видимо, не смотрят — гонятся за дешевизной. Кстати, после того как иркутянка Тамара Ивановна обратилась куда надо, супермаркет, по ее словам, снял с продажи опасный картофель. Но деньги бабушке так и не вернул. Зато в лаборатории Тамаре Ивановне дали брошюры о вреде нитратов: решили — пенсионерка с активной жизненной позицией и других будет информировать, что ради собственного здоровья нужно перестать быть инертными и начать контролировать качество продуктов. В брошюрах сказано, что эти вещества оказывают негативное влияние на нервную систему, ослабляют иммунитет, способствуют увеличению щитовидной железы и болезням желудочно-кишечного тракта. — У меня болит желудок и стоит кардиостимулятор, поэтому по всем показателям нитраты очень вредны для меня, — рассуждает Тамара Ивановна. — Они вредно влияют на почки, печень, желудок, сердце и мозг, поэтому особенно нужно беречь от них детей.

Заместитель генерального директора одного из образцовых хозяйств Иркутской области — ОАО «Тепличное» в Ангарске — Александр Колчак с этим согласен. Поэтому возмущен тем, что комбинат детского питания Ангарского района, закупая овощи для детсадовцев, отдает предпочтение китайским аграриям, хотя не раз

уже поднимался вопрос о сомнительном качестве их продукции.

— Доходит до смешного — комбинат закупает овощи у китайцев, которые ставят ценник на 40—50 копеек дешевле, чем у нас. Магазины в погоне за незначительной выгодой тоже забывают о здоровье ангарчан и иркутян, — сетует Александр Николаевич. — А ведь у них нет никаких документов, подтверждающих качество. А нас регулярно проверяет Россельхознадзор, у нас есть собственная лаборатория, которая следит за безопасностью продукции: каждый день проводит анализ грунта, проверяет содержание нитратов, обеспечивает сбалансированное питание.

В итоге на весь товар, который поступает на рынки, тепличное хозяйство выдает сертификат, в котором указывается объем поставки и срок сбора урожая. На огурцы, например, он не должен превышать одной недели — иначе овощи пропадают. Делается это для того, чтобы потребители смогли отследить, не выдают ли за местное китайскую продукцию.

— Такое на каждом шагу! — говорит Александр Колчак. — Например, сейчас на рынках можно под помидорами прочитать «Тепличное» или «Тепличные». Люди воспринимают, будто это наши, местные. Но это не так. Мы — самое раннее тепличное хозяйство в области, начинаем производить продукцию с 15 января. Но помидоры у нас будут только к концу марта. Так что если сейчас увидите на ценниках «Тепличное», написанному нельзя верить, это однозначно Китай. Перцы и баклажаны тоже пока еще ждут своего часа. А вот огурцы уже поступают в продажу.

Раньше огурчики-помидорчики попадали на столы сибиряков только ближе к маю, и мы ждали этого как праздника, а теперь на прилавках магазинов ингредиенты летнего салата можно встретить круглый год. И если с помидорами все понятно — с декабря по апрель иркутских просто не может быть в продаже, то со всеми остальными овощами сложнее. Но все же отличить местное от заморского можно, говорит Александр, нужно быть внимательнее и по возможности наглее.

\* Самый верный способ — запах. Наши и по вкусу, и по запаху ярче, насыщеннее. Попросите разломить один огурец на пробу. Нет — просто потрите огурец у места срыва.

\* О многом может сказать внешний вид. Например, китайский огурец всегда темно-зеленого цвета, кожура более тугая, очень часто имеет восковой глянец — овощ подвергается обработке перед дальней дорогой. Кстати, поэтому огурцы стали гнить иначе, чем раньше: превращаясь в неприятный кисель внутри.

\* Несмотря на то что селекция шагнула далеко вперед, помидоры из Поднебесной часто выглядят как на подбор — один цвет, один размер. Местные поступают на рынок твердыми и бурелыми (молочной спелости, с порозовевшими бочками), тогда как китайские — мягкие и спелые.

\* Пупырышки никто не отменял. Поэтому у местных огурцов они есть, а у привозных, как правило, отбиваются за время дороги. То же касается желтых соцветий и семидольки (место срыва), которые говорят о том, как долго до прилавка ехал овощ.

\* Бойтесь большой картошки. Одно дело, если такая уродилась в штучном экземпляре на вашей даче, и другое — вырастить ее в промышленных масштабах. Скорее всего, она была перекормлена удобрениями и теперь пустая внутри. Норма в весе картофеля — граммов 300, но никак не 600 и тем более не 800.

\* У всех остальных овощей — капусты, моркови, лука — установить происхождение, а значит, и степень их полезности, на глаз сложно. Специалисты советуют: не стесняйтесь спрашивать у продавца документы на товар. Если ему нечего скрывать — вы увидите сертификат, если получили отказ — делайте выводы и идите к другому прилавку.

\* Покупайте овощи и фрукты у проверенных продавцов. У всех местных тепличных комбинатов есть собственные точки реализации. Цены немного выше, чем у конкурентов, но зато и гарантий безопасности больше и производителя местного поддержите.

## Снижаем риски

Нитраты в большом количестве накапливаются: у капусты — в листьях, у моркови — в сердцевине, у перца — в верхней семенной части. Картофель, огурцы и кабачки опасны кожурой, потому ее нужно срезать как можно толще. То же рекомендуется делать с дынями и арбузами. Чемпионы по содержанию нитратов среди овощей — свекла и редис. В целом меры предосторожности такие: все овощи и фрукты нужно употреблять в пищу максимально созревшими, хотя при этом в сухофруктах количество нитратов возрастает в разы. При варке

картофеля первую воду можно слить. Зелень — укроп, петрушку, шпинат перед употреблением рекомендуется час подержать в холодной воде. Чтобы уменьшить наносимый нитратами вред для здоровья, принимайте аскорбиновую кислоту и пейте больше чая. Они выводят селитру из организма.

## Вредные нитраты

Нитраты вступают в реакцию с гемоглобином в крови и лишают красные кровяные тельца возможности насыщать клетки кислородом. В результате нарушается обмен веществ, дестабилизируется нервная система, ослабевают защитные функции организма. Кроме того, нитраты снижают содержание витаминов в пище. Регулярное их поступление в организм человека даже в небольших дозах уменьшает количество йода, а это приводит к увеличению щитовидной железы. Установлено, что нитраты также связаны с возникновением опухолей в желудочно-кишечном тракте и способствуют развитию вредной кишечной микрофлоры, которая выделяет в организм человека токсины, что ведет к отравлениям.

## Кому жаловаться?

Если вы обнаружите продукцию, имеющую несвойственные ей изменения, обращайтесь в отдел надзора за качеством и безопасностью зерна, крупы, комбикормов и компонентов для их производства и семенного контроля по адресу: Иркутск, ул. Рабочая 2а, тел. 203-706. Помните: для подтверждения факта покупки некачественной продукции необходимо сохранять товарные, кассовые чеки, маркировку транспортной или потребительской тары.

## Солите капусту!

О вреде привозных овощей зимой говорят многие: врачи, диетологи, специалисты Россельхознадзора... Что же лучше есть и чем можно подкреплять иммунную систему в холода, мы узнали у врача-диетолога, кандидата медицинских наук, профессора кафедры естественных наук Иркутского филиала Российского университета спорта и туризма Натальи Гаськовой.

— Овощи и фрукты зимой однозначно содержат мало витаминов, которые так необходимы нашему организму, — подтвердила Наталья. — И речь не только о китайских овощах, но и о тех, которые хранятся с осени. Чем их заменить? Большое количество витамина С содержится в шиповнике; брусника, черника, облепиха тоже очень полезны. Главное, не забывать запастись ими впрок.

Можно заготавливать варенье, а можно и заморозить или засушить. Очень полезным продуктом — не только при простуде, но и для ее профилактики — во все времена был и остается мед и продукты пчеловодства. Ну а бесценным даром нашей тайги считается кедровый орех — источник различных витаминов, минеральных веществ, белка и полезных нутриентов. В старину крестьяне не ведали биохимических премудростей, а полагались на многовековой опыт. На зиму в каждой семье заготавливали кадушки с квашеной капустой, мочеными брусникой и яблоками, свежей клюквой и соленой зеленью, которые в таком виде могут храниться очень долго. В ход шла и свежемороженая клюква, которую добавляли в салаты и даже каши. Это уже потом ученые установили, что во всех этих продуктах содержатся живые, подверженные брожению ферменты, которые сохраняются до самой весны. Особенно полезны квашеные овощи к мясу, птице и рыбе — ферменты помогают усвоить животные белок.

Кстати, до недавних пор все российские семьи стремились запастись на зиму бочонком с квашеной капустой. Жильцы многоквартирных домов хранили их на балконах, и на столе регулярно появлялась тарелка капусты с подсолнечным маслом и луком к горячей картошке — вкусный и полезный обед.

Правда, по словам Натальи Гаськовой, от чрезмерного употребления квашеной капусты стоит воздержаться — из-за большого содержания витамина С. Достаточно 150 граммов продукта, чтобы получить дневную норму витамина С, витамины группы В и молочную кислоту.

— Наряду с традиционными продуктами современный человек все больше употребляет БАДы и витаминно-минеральные комплексы, содержащие различные биологически-активные компоненты, — говорит Наталья. — И это оправданно, так как позволяет скорректировать рацион питания, сохранить здоровье, повысить работоспособность.

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

[newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

Автор текста: **Татьяна  
Ермакова.**

## НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: @babr24\_link\_bot

Эл.почта: [newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

## ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: [bratska.net.net@gmail.com](mailto:bratska.net.net@gmail.com)

## КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: @bur24\_link\_bot

эл.почта: [bur.babr@gmail.com](mailto:bur.babr@gmail.com)

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: @irk24\_link\_bot

эл.почта: [irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: @kras24\_link\_bot

эл.почта: [krasyar.babr@gmail.com](mailto:krasyar.babr@gmail.com)

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: @nsk24\_link\_bot

эл.почта: [nsk.babr@gmail.com](mailto:nsk.babr@gmail.com)

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: @tomsk24\_link\_bot

эл.почта: [tomsk.babr@gmail.com](mailto:tomsk.babr@gmail.com)

[Прислать свою новость](#)

## ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: @babrobot\_bot

эл.почта: [equatoria@gmail.com](mailto:equatoria@gmail.com)

## СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: [babrmarket@gmail.com](mailto:babrmarket@gmail.com)

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)