

Домашние хитрости

Как выбрать кукурузное масло



Оно считается наиболее подходящим маслом для жарки и содержит больше полезных веществ, чем подсолнечное. Чтобы не нарваться на фальсификат, ориентируйтесь на данные нашей таблицы

Классификация	Если масло предназначено для диетического и детского питания, оно обозначается буквой «Д». Маркировка «П» указывает на то, что масло предназначено для общепита. Нерафинированное масло отличается более темным цветом, отчетливым ароматом и некоторым количеством осадка. Подобное масло имеет больше полезных веществ
Калорийность, 100 г	Около 899 ккал
Внешний вид	Качественное рафинированное масло должно быть прозрачным, чистым и иметь приятный равномерный оттенок
Цвет	От золотисто-желтого до янтарного
Запах	Напоминает запах кукурузных палочек, которые мы обожали в детстве
Вкус	С горчинкой
Тара	Лучше, если масло продается в стеклянной бутылке. Допускается и жестяная тара. Потёки масла на бутылке – это значит, что продукт неправильно хранился
Срок хранения	Открытую бутылку с маслом лучше использовать в течение месяца

фото: Shutterstock

Для справки Выбирая масло, встряхните емкость в которой оно продается. Если в рафинированном масле выпадает осадок, значит, в нем начался процесс окисления.

