



Как выбрать тыкву

Природа одарила эту красотку массой полезных веществ и минералов. По каким признакам определить самые спелые и вкусные плоды, подскажет информация из нашей таблицы

Внешний вид	На кожуре не должно быть трещин, мягких мест, темных или розоватых пятен – последние сигнализируют о том, что тыква начала портиться. Полоски на кожуре должны быть прямыми; если они кривые (с изгибами), это свидетельствует о наличии нитратов. У спелых тыкв плодоножка темная и сухая
Определение спелости	Если постучать по поверхности тыквы, то у спелой слышен характерный глухой звук
Текстура кожуры	Тонкая, плотная, но не «деревянная»
Текстура мякоти	Упругая, мясистая. Мякоть перезревшей тыквы напоминает консистенцию теста
Размер	Лучше выбирать плоды среднего размера, весом не более 5 кг. Чем крупнее тыква, тем волокнистее окажется мякоть
Цвет	От зеленого до темно-оранжевого. Наличие серого или белого налета – это природный воск, вырабатываемый растениями. Цвет мякоти должен быть желтым или оранжевым, что зависит от количества содержащегося в плоде витамина А – чем его больше, тем цвет более насыщенный

ДЛЯ СПРАВКИ

Среди всех видов тыкв самыми вкусными считаются мускатные. По форме они похожи на кабачок или огурец. Единственный минус – небольшой срок хранения: к зиме эти тыквы теряют сладость и витамины.