

Топ-5 правил, как выбрать хороший и сладкий арбуз



Уже август, а значит, пора начинать кушать вкусные арбузы. Ведь доказано, что имея в себе огромный ряд витаминов и макроэлементов, арбузы очень полезны для здоровья. Но важно правильно выбрать арбуз, иначе – он будет только вредить. Предлагаем 5 правил выбора вкусного арбуза.

1. По земляному пятну

Желтое (иначе земляное) пятно — то место, которым арбуз лежал на земле, когда поспевал. У зрелого плода это пятно должно быть буровато-желтым или даже оранжево-желтым, но не белым.

2. По хвостику

Засохший хвостик всегда указывает на то, что арбуз достиг нужной степени зрелости. А если хвостик зеленый и свежий, плод еще не созрел.

3. По «пчелиной паутинке»

Эти не очень красивые коричневые пятна на арбузе говорят о том, что пчелы часто задевали завязь плода во время опыления. Чем чаще происходило опыление, тем слаще арбуз.

4. По половому признаку

Среди садоводов распространено разделение плодов арбуза на «мальчиков» и «девочек». «Мальчики» имеют более вытянутую форму, их вкус несколько водянист. А «девочки» более круглые и очень сладкие.

5. По весу и объему

Лучше всего выбирать не самый большой, но и не маленький арбуз. Оптимальный — средний. И следует помнить, что хороший арбуз всегда достаточно тяжел для своего размера.

Не забывайте, что покупать арбузы вдоль трасс, на стихийных рынках или в неустановленных для торговли местах очень опасно для здоровья.

Врач-гигиенист (заведующий
отделом) отдела общественного здоровья
Дервоедова Екатерина Васильевна

