

شب عید ودغدغه خرید ماهی سالم



این روزها وقتی برای تهیه ماهی شب عید به بازار ماهی‌فروشان مراجعه می‌کنیم با انواع مختلف ماهی‌های تازه و منجمد مواجه می‌شویم. اکثر خانواده‌ها بر این باورند که ماهی‌های منجمد طعم و مزه خوشایندی ندارند و در ضمن شناسایی ماهی منجمد سالم از مانده و کهنه آن کار آسانی نیست.

جام جم آنلاین: این روزها وقتی برای تهیه ماهی شب عید به بازار ماهی‌فروشان مراجعه می‌کنیم با انواع مختلف ماهی‌های تازه و منجمد مواجه می‌شویم. اکثر خانواده‌ها بر این باورند که ماهی‌های منجمد طعم و مزه خوشایندی ندارند و در ضمن شناسایی ماهی منجمد سالم از مانده و کهنه آن کار آسانی نیست.

به همین دلیل خانواده‌ها تمایل دارند ماهی را به صورت تازه خریداری کنند، اما آیا ماهی جنوب را هم می‌توان به صورت تازه خریداری کرد؟

ماهی‌هایی که از دریای جنوب صید و به نقاط مختلف کشور حمل می‌شوند باید منجمد شده باشند، مگر آن که حمل و نقل آنها توسط هواپیما و بر چسب تاریخ روز روی بسته‌بندی آنها نوشته شده باشد.

از سوی دیگر، باید دانست ماهی‌های منجمدی که مراحل صید تا انجماد آنها به شکل استاندارد و صحیح انجام شود، به هیچ عنوان طعم و مزه نامطلوبی ندارند و گوشت آنها مانند ماهی‌های تازه، لذیذ است.

بنابراین اگر قصد خرید ماهی جنوب را دارید حتما آنها را به صورت منجمد و در بسته‌بندی‌های بهداشتی که دارای تاریخ مصرف و دیگر مشخصات هستند خریداری کنید.

متأسفانه این روزها، برخی عرضه‌کنندگان متخلف برای جلب توجه مشتریان و تازه جلوه دادن محصول، با انجمادزدایی آبزیان منجمد در آب یا دمای محیط، آنها را به صورت تازه عرضه می‌کنند.

از همه بدتر آن که اگر این آبزیان طی یک یا 2 روز به فروش نرسند یا گوشت آنها مستعد فساد شود بلافاصله اقدام به انجماد مجدد و فروش آن به صورت منجمد می‌کنند. حال این پرسش مطرح می‌شود، چگونه می‌توان ماهی منجمد سالم را از کهنه و مانده آن تشخیص داد؟

راه شناخت ماهی منجمد

ماهی منجمد را در 2 حالت می‌توان بررسی کرد؛ یکی در حالت انجماد و دیگر بعد از رفع انجماد. در حالت انجماد اگرچه تشخیص کهنه یا فاسد بودن ماهی به دلیل تاثیر فرآیند انجماد بر راحتی امکان‌پذیر نیست، اما چشمان فرو رفته و شیری رنگ و بوی نامطبوع ماهی منجمد کهنه قابل تفکیک است. معمولا مردمک چشم ماهی منجمد با کیفیت مطلوب باید دارای یک نقطه سفید رنگ باشد و بر سطح پوست آن سوختگی حاصل از انجماد و زردشدگی دیده نشود. زرد بودن پوست یا احتمالا گوشت ماهی، حاصل از اکسیداسیون و تجزیه و تخریب چربی‌های آن است که اغلب در شرایط نگهداری نامطلوب در سردخانه ایجاد می‌شود.

اما در بررسی بعد از رفع انجماد ماهی که بسیار مهم است، بهتر می‌توان کهنه یا فاسد بودن ماهی را تشخیص داد. در ماهی کهنه یا فاسد شده پس از رفع انجماد از برانش‌ها خونابه غلیظ و بد بو به رنگ قهوه‌ای خارج می‌شود، چشم‌ها کدر و بسیار گود رفته است. پوست و باله‌ها خشک و کدر بوده و بر راحتی کنده می‌شود و هنگام خالی کردن امعاء و احشای ماهی بوی نامطبوع به مشام می‌رسد. گوشت این گونه ماهی‌ها نیز حالت سفت و ارتجاعی نداشته به طوری که با فشار انگشت روی گوشت فرورفتگی دائم در آن ایجاد شده و این گوشت هنگام پخت یا سرخ شدن از هم وا می‌رود.

توصیه‌ها

- دمای فریزر برای نگهداری طولانی‌مدت ماهی باید منهای 18 درجه سانتی‌گراد باشد. هرگونه تغییر در دمایی فریزر سبب خراب شدن مواد غذایی خصوصا ماهی‌ها می‌شود.

- از انباشت بسته‌های ماهی در یک طبقه فریزر جلوگیری کنید؛ چرا که از یک سو جابه‌جایی هوای سرد در میان بسته‌ها امکان‌پذیر

نخواهد بود و یخ‌زدن بخوبی صورت نمی‌گیرد و از سوی دیگر موجب افزایش ناگهانی دمای فریزر و کاهش کیفیت مواد غذایی می‌شود.

- معمولا ماهی‌های منجمد با اندازه بزرگ در يك وعده مصرف نمی‌شوند. بنابراین هنگام خرید از فروشنده بخواهید که آنها را در مقابل شما تکه کند تا در هنگام مصرف مجبور به انجمادزدایی تمامی ماهی نشوید.

- وقتی یخ ماهی را باز می‌کنید باید آن را حداکثر در مدت 24 ساعت به مصرف برسانید.

- ماهی‌های منجمدی که توسط عرضه‌کنندگان متخلف انجمادزدایی و به صورت تازه عرضه می‌شوند، بسیار مستعد فساد بوده و معمولا دارای بافتی نرم و شل و حاوی خونابه هستند؛ بنابراین حتما ماهی‌های جنوب را به صورت منجمد و از مراکز معتبر شیلات خریداری کنید و سعی کنید ماهی (چه تازه و چه منجمد) را به صورت بسته‌بندی شده تهیه کنید. ماهی‌های بسته‌بندی شده مجوز و تاریخ مصرف دارند و به دلیل آن که تحت نظارت مستمر ماموران بهداشت هستند خیال شما را از بابت ماندگی، فساد یا چند بار انجماد بودن راحت می‌کنند.

فاخره بهبهانی
جام‌جم