

## خرید آجیل سالم

برای تکمیل آن تصویر آشنایی که ما از عید نوروز در ذهن داریم، حضور خیلی چیزها لازم است...



برای تکمیل آن تصویر آشنایی که ما از عید نوروز در ذهن داریم، حضور خیلی چیزها لازم است: خانه‌های آب و جارو شده، سفره هفت‌سین، ظرف شیرینی، میوه‌های رنگارنگ و... تصور عید بدون هر کدام از این‌ها غیرممکن نیست اما بدون آجیل به نظر غیر ممکن می‌آید! توصیه‌هایی درباره آجیل و نحوه خرید آن را در ادامه مطالعه کنید.

غیبت ظرف آجیل در پذیرایی‌های نوروزی واقعا باعث می‌شود که آدم احساس کند عید یک چیزی کم دارد. در میان خوراکی‌های نوروزی، آجیل اولین چیزی است که دست مهران را به طرف میز پذیرایی دراز می‌کند؛ از بس که خوشمزه و هوس‌انگیز است.

آجیل از آن دسته مواد غذایی است که همه ما عادت کرده‌ایم که آن را به شکل باز یا به اصطلاح فله‌ای خریداری کنیم.

شاید شما هم مثل خیلی‌های دیگر اصلا روحتان خبر نداشته باشد که می‌شود آجیل را به شکل بسته‌بندی شده و دارای پروانه بهداشتی تهیه کرد البته خیلی‌ها هم این نکته را می‌دانند اما با این وجود ترجیح می‌دهند که خرید خود را به شکل فله‌ای انجام بدهند و برای این کارشان هم دلایل متعددی دارند از جمله این‌که: آجیل باز ارزان‌تر از انواع بسته‌بندی شده است، می‌شود آن را به حداقل میزان دلخواه خریداری کرد، می‌شود آن را قبل از خرید، چشید و امتحان کرد و دیگر هیچ هزینه اضافی هم بابت بسته‌بندی آن پرداخت نمی‌شود.

اما واقعیت چیز دیگری است. شرایط نگهداری، نحوه تهیه و فرآوری، میزان و نوع رنگ بکار رفته و بسیاری از عوامل دیگر وجود دارند که در سلامت آجیل نقش تعیین‌کننده‌ای ایفا می‌کنند. تهیه آجیل بسته‌بندی شده و دارای پروانه بهداشتی به این معنی است که خریدار می‌تواند از بابت این جوانب، آسوده‌خاطر باشد.

نکته بسیار مهم دیگر این است که آجیل و خشکبار قابلیت آلودگی به سموم قارچی نظیر آفلاتوکسین را دارند. واحدهای صنعتی با توجه به وجود پروانه‌های بهداشتی، ضوابط و دستورالعمل‌های وزارت بهداشت، ملزم به اندازه‌گیری آفلاتوکسین روی محصولاتشان هستند اما در محصولات سنتی آجیل و خشکبار که به صورت باز و فله‌ای عرضه می‌شود، این اندازه‌گیری‌ها صورت نمی‌گیرد و محصول تولیدی قابل ردیابی نیستند.

اگر به هر دلیلی ترجیح می‌دهید که خرید خود را به همان شکل سنتی انجام دهید، تلاش کنید تا هنگام انتخاب و خرید آجیل نوروزی، نکات زیر را حتما رعایت کنید:

- ۱) تا حد امکان آجیل عید خود را از فروشگاه‌های معتبر که اجناسی با کیفیت مرغوب و تازه عرضه می‌کنند، بخرید. از خرید گذری یا خرید از دستفروشان خودداری کنید.
- ۲) هنگام خرید آجیل به تازگی آن توجه داشته باشید. آجیل تازه نباید هیچ‌گونه بوی نامطبوعی داشته باشد؛ نه بوی نا، نه بوی ماندگی، نه بوی تند و نه بوی ترشیدگی.
- ۳) به ظاهر آجیل خوب دقت کنید. وجود حفره یا کپک‌زدگی از نشانه‌های کهنگی آجیل است. اگر در میان آجیل، بقایای حشرات مرده یا زنده را دیدید، بدانید که آجیل کهنه و فاسد است.
- ۴) پس دادن رنگ، نشانه غیربهداشتی بودن آجیل است. طبق دستورالعمل‌های مقامات بهداشتی، به کار بردن هر نوع رنگ، حتی رنگ‌های مجاز خوراکی، در تولید آجیل‌ها ممنوع است. بد نیست بدانید که در تولید و تهیه آجیل‌های بسته‌بندی شده و دارای پروانه بهداشتی، از هیچ‌گونه رنگی استفاده نمی‌شود و در صورت لزوم هم از رنگ‌های طبیعی مانند زعفران و زردچوبه استفاده می‌کنند.
- ۵) یک نکته دیگر درباره رنگ آجیل؛ از خرید پسته‌هایی که پوست بسیار زرد و براق یا مغز قرمز رنگی شده دارند، خودداری کنید. دور تخمه‌های پررنگ را هم خط بکشید. آن‌ها را به زور رنگ‌های مصنوعی به این شکل درآورده‌اند.
- ۶) از لب خندان‌ها هم پرهیز کنید. می‌دانید چطور پسته‌ها را به شکل لب خندان درمی‌آورند؟ آن‌ها را در ظرف‌های آب گرم می‌ریزند تا باد کنند، بعد آن‌ها را داخل ظرف آب سرد می‌ریزند تا پوستشان به اصطلاح بترکد. این اختلاف دمای ناگهانی، یا به اصطلاح شوک حرارتی، روی کیفیت پسته تاثیر منفی می‌گذارد و علاوه بر آن موجب نم کشیدن پسته هم می‌شود. این پسته‌ها زودتر فاسد می‌شوند.
- ۷) تخمه‌های لب خندان هم انتخاب خوبی برای خرید نیستند. مغز تخمه وقتی در مجاورت هوا قرار می‌گیرد، علاوه بر طعم، کیفیت خود را نیز از دست می‌دهد و زودتر از انواع درسته فاسد می‌شود.

۸) چه کسی هست که دیگر از مضرات نمک اطلاع نداشته باشد؟ سعی کنید آجیلی که انتخاب می‌کنید شور نباشد و کمتر تفت خورده باشد. اجام جم سرا|ضمیمه چاردیواری جام جم|محمد کیاسالار