

Nuotraukos su meniškomis jūros gėrybėmis, kurios yra paviešinamos žurnaluose ir laikraščiuose gali pakurstyti daug pagundų jūsų viduje. Bet jūros gėrybės jūsų gyvenamosios aplinkos mažmeninėje prekyboje gali pasirodyti ne tokios gražios ir patrauklios, kokių jūs norėtumete! Jei jūs turite receptą savo galvoje, tik tada galite kurti sąrašą. Bet to nepakanka! Jūs taip pat turite žinoti, kaip atsirinkti šviežią žuvį ar jūros gėrybes. Jūros gėrybių kvapas dažnai atstumia daugelį žmonių, o pūvančios žuvies kvapas gali sukelti tokį patį efektą, tad rinktis reikia labai išmintingai.

Šie patarimai jums padės jums susigaudyti:

1.Visa šviežia žuvis

Norint gauti šviežios žuvies, ieškokite pagal:

- Kietumas: šviežia žuvis yra kieta, ne tiži. Tižumas rodo, kad žuvis ar jūros gėrybės buvo savaip tvarkomos ir jos iš ties nėra geros kokybės.
- Šviesios spalvos: Kuo šviesesnė žuvis – tuo ji šviežesnė.
- Šviesios akys: Akys yra langai, per kuriuos jūs galite išvysti ir nustatyti žuvies šviežumą. Akys gali išblukti, tapti pilkos. Žuvys su tokiomis akimis yra tinkamos valgymui. Tačiau apsiblaususios, pavandenijosius, turinčios išskyrų akys jums pasakys, kad jau buvo pastovėjusios bent porą dienų.
- Kvapas: Tai yra pats svarbiausias dalykas. Jei kvapas įtartinas – nepirkite. Šviežia žuvis turi atsiduoti diena jūroje – šiek tiek sūri, gal net, kaip agurkai, bet neturi sukelti vėmimo

reflekso. Tokios, šviežios žuvies kvapą jūs pagerinsite gamindami.

- Žiaunos: žiaunos turi būti sodrios raudonos spalvos. Jei žuvis yra sena, žiaunų spalva bus panaši į išblukusias plytas.
- Tekstūros: žuvys turėtų "atšokti", kai jūs jas paliečiate. Jei jūs ją bakstelėsite, po sekundės ji vėl atgaus savo pradinę formą.

2. Žuvies filė ir kepsniai

Dalykai, kuriuos jūs taip pat turėtumete apsvarstyti:

- Pirkti žuvų filė ar kepsnius šviesiu, blizgiu, pusiau permatomu atrodančiu kūnu. Jei kūnas atrodo, kaip plastilinas, lipnus ar minkštas šis žuvies produktas yra pasenęs.
- Kvapas taip pat yra svarbus aspektas perkant filė. Jis turėtų būti be aitraus kvapo.
- Pirmasis puvimo požymis – pieniškas skystis esantis jūsų filėje.
- Jei žuvų pardavėjas leidžia, paspauskite mėsą pirštu, taip sužinosite apie jos šviežumą. Įdubimas nuo jūsų paspaustos vietos turėtų išnykti, jei mėsa yra elastinga. Elastingumas yra šviežumo požymis. Jei jūrų pirštų atspaudai lieka – žuvis nėra tinkama ir reikia ieškoti toliau.

3. Šaldyta žuvis ir moliuskai

Žuvis, kuri yra užšaldoma per 3 valandas po sugavimo, be abejo yra pati šviežiausia. Čia yra patarimai, kurie parodys, pagal kokius aspektus turėtumėte ieškoti:

- Žuvis privalo turėti kokybės patvirtinimo raštą. Ji turi atrodyti šviežia, neturėti šleikštulio sukeliančio kvapo ir be dėmelės ant odos.
- Ji turi būti gerai supakuota, kad išėmus iš pakuotės, ant kūno iš kart neatsirastų dėmių.

- Žuvis turi būti sušalusi, be jokių atšilusių dalių. Gražios, švarios spalvos.
- Įpakavimas neturėtų būti sugadintas.
- Produktas turėtų būti gerai sušaldomas, bet be daugybės ledukų pakuotėje.
- Galima pirkti tik tuos moliuskus, kurie nėra pažeisti ar įskilę.

4. Gyvi moliuskai ir vėžiagyviai

Galima pirkti tik su uždarais kiautais, kurie nėra atidaryti, skaldyti arba pažeisti.

5. Krabai ir Langustai (vėžiai)

Jei perkate gyvus krabus ar langustus – pasirinkite energingus, labiausiai judančius, kai juos paimate. Tai yra požymiai, pagal kuriuos atskirsite gerą, šio pobūdžio, prekę:

- Langustų uodegos turi būti tvirtai įsitaisiusios kūno apatinėje dalyje. Jei uodegas atlenksite, jos vėl turi grįžti į vietą.
- Krabų “kojų ir rankų” žnyplės turi atšokti, kai jas ištiesinate.
- Jei langustai ir krabai, atidarius jų kiautus yra bene tušti – reiškia jie badavo. Taigi jums telieka laukti naujos siuntos.

6. Geldelės

Pirkti sušaldytas, vakuumu uždarytose pakuotėse. Prastesniuose įpakavimuose geldelės dažnai būna šlapios.

7. Krevetės

Pirkite visą pakuotę ir sušaldytas. Visą – nes apvalkalas jas apsaugo, o jei jos būna ištrauktos ir padalintos dalimis, jos greitai praranda daug drėgmės. O užšaldytas – dėl to, kad normalioje temperatūroje jos greit supūva.

8. Kalmaras

Kalmarai yra bene visada parduodami didmeninėje prekyboje, iš anksto sušaldyti. Tad būtent tokių ir turėtumete įsigyti, ir žinoma įsitikinti, kad kalmarai yra švarūs ir šviesūs.

Mėgaukitės žuvies ir jūrų gėrybėmis, nes tai iš ties gerai. O salotos paruoštos su jūros gėrybėmis, ne tik gerai atrodo švediško stalo restorane, bet jos taip pat gali šauniai atrodyti ant jūsų stalo.

Paruošta pagal užsienio spaudą.