

mléčné VÝROBKY



U mléčných výrobků se určitě zajímejte o jejich složení a welfare krav. Na trh si přece jdete pro produkty bez chemie a od krav, které mají možnost se v sezóně venku napást. Více o welfare mléčného skotu najdete v našem samostatném desateru.

NA CO BY SE ZEPTAL SHERLOCK A JAKÉ ODPOVĚDI BY HO POTĚŠILY?

MÁTE VLASTNÍ FARMU? KDE HOSPODAŘÍTE?

Ověřte si, že mléko opravdu pochází z české farmy, ne každý zpracovatel musí mít i vlastní farmu. Ptejte se na kontakt a web konkrétní farmy.

OD KOHO KUPUJETE MLÉKO PRO SVÉ VÝROBKY?

Poctivý mlékař bude svého farmáře dobře znát, protože mu záleží na tom, aby se krávy měly dobře a netrávily svůj život jen mezi dojírnou a stájí. Nekupujte výrobky, o jejichž původu si nemůžete nic zjistit.

NA CO DALŠÍHO BY SE SHERLOCK ZAMĚŘIL?

ZJISTĚTE SI, KDO JE SKUTEČNÝ VÝROBCE

Skutečného výrobce můžete dohledat podle evidenčního kódu zpracovatele uvedeného na výrobku v oválu. U těch nebalených by vám ho na požádání měl prodejce ukázat.

CZ
12586
ES

PÁTREJTE PO SLOŽENÍ VÝROBKU

Poctivé mléčné produkty budou bez aditiv (škrobů, zahušťovadel, emulgátorů, stabilizátorů, želatin, barviv a další chemických přídatných látek). Stačí jim kvalitní mléko, mlékárenské kultury a správný výrobní postup.

JOGURTY - NA CO SI DÁT POZOR

Poctivý jogurt = mléko + jogurtová kultura. Pozor na škrob, nemá v jogurtu co dělat.

MLÉKO - ZJISTĚTE SI, JAK JE OŠETŘENÉ

Pokud chcete čerstvé mléko plné živin, chutě a vůně, volte šetrně pasterované mléko. Jeho nevýhodou je kratší trvanlivost, mléko ale zkysne na poctivý kefir.

SÝRY - NA CO SI DÁT POZOR

U sýrů (ať už čerstvých nebo zrajících) si hlídejte množství a kvalitu přídatných látek, konzervantů a barviv a obsah soli. Tavené sýry jsou vysoce průmyslově upravené, na ty byste na trzích narazit neměli vůbec...

SMETANA - NA CO SE ZAMĚŘIT

Poctivá smetana, ať už kysaná nebo určená k vaření a šlehání, neobsahuje žádné umělé látky, jako například karagenan (E 407), který prodlužuje její trvanlivost.

OCHUCENÉ VÝROBKY - NÁPOJE, JOGURTY... - JSOU ZDRAVÍ PROSPĚŠNÉ?

Pozor hlavně na množství cukru, přídatných látek a náhražek. Cukru jíme víc, než je zdravo, vyskytuje se téměř ve všech výrobcích, u těch nízkotučných vylepšuje chuť. Dávejte přednost neochuceným výrobkům.

SPRÁVNÉ SKLADOVÁNÍ

Jsou produkty na stánku dostatečně zchlazené? Pokud chcete, aby vám produkty vydržely do data spotřeby, nevystavujte je teplu a/nebo častým změnám teplot. Přibalte si na nákup chladicí tašku.



Další desatera najdete na: