

Po czym rozpoznać dobre, świeże jajka i jak je przechowywać?

5 kwietnia 2019

Jajka są najdoskonalszym, najbardziej pożywnym pokarmem jaki daje Matka Natura. Zawierają wszystko co potrzebne do życia pod warunkiem, że pochodzą od kur hodowanych w tradycyjny sposób.

Wiejskie kury nie stresują się w klatkach, nie produkują hormonów stresu. Same dobierają sobie pokarm, jedzą instynktownie to co im potrzeba. Skubią trawę, zioła i różne rośliny. Czasem zjadają piasek, kamyki jak potrzebują krzemu. Na słońcu wytwarzają witaminę D.

Najlepiej jaja kupować od zaufanych osób, na targowiskach różnie z tym bywa.

Jak rozpoznać wiejskie jajka?

Prawdziwe wiejskie jajka nie są małe. Zazwyczaj mają rozmiar S lub M. Duże są rzadkością i zwykle świadczą o tym, że kura była karmiona antybiotykami lub hormonami. Skorupki jajek różnią się odcieniem, kolorem, nie są wszystkie jednolite. Żółtko zimą ma bladożółty kolor, latem jest bardziej jaskrawe.

Jak rozpoznać czy jajka są świeże?

Świeże jaja mają bardziej matową i chropowatą skorupkę, stare gładką i błyszczącą. W świeżych pęcherzyk powietrza na dnie jest niewielki, czym jajko starsze tym większy. Kupując jajko można podświetlić latarką oceniając jak duża jest komora powietrza.

Świeże jajko włożone do wody opadnie na dno, stare wypłynie na wierzch. 2 tygodniowe zatrzyma się w połowie. Jajka przechowywane w lodówce tracą wodę, komora powietrzna się powiększa, szybciej się starzeją. Jajka myjemy bezpośrednio przed użyciem, nie wcześniej by nie usunąć otoczki mucynowej. Mucyna to naturalna bariera, która chroni pory skorupki przed wnikaniem do wnętrza drobnoustrojów. Pozbawione otoczki mucynowej szybciej się psują.

Po rozbiciu świeżego jajka białko jest zwarte, gęste i prawie białe. Stare przezroczyste, prawie szare. Żółtko jest zwarte, nierozmyte, nie miesza się białkiem. Można na nim dostrzec cienkie, zakręcone kawałki w formie serpentynek. Świeże jajko od kury wiejskiej nie wydziela zapachu po rozbiciu.

Co oznaczają numery na jajkach?

Pierwsza cyfra na stemplu informuje o warunkach w jakich kura była hodowlana zanim je zniosła. Następnie litera kraju pochodzenia.

Cyfra 3 – Z chowu klatkowego, kury są hodowlane w wyjątkowo niehumanitarny sposób. Nie mogą swobodnie się poruszać i jedzą sztuczną paszę. Tych jest niestety najwięcej na rynku.

Cyfra 2 – Jajka pochodzą z chowu ściółkowego, kury są zamknięte w pomieszczeniach i karmione paszą. Mogą się swobodnie poruszać, nie są zamknięte w klatkach.

Cyfra 1 – Z hodowli na wolnym wybiegu. Kury w dzień chodzą po podwórku, na noc zamykane w klatce.

Cyfra 0 – Z chowu ekologicznego. W dzień chodzą po podwórku, na noc zamykane w kurniku. Zimą karmione paszami z certyfikatem ekologicznym.

Źródło: Sekrety-Zdrowia.org