[](http://spros-online.ru)

**ТЕСТ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ**

**Любимая каша россиян**

Гречневую кашу в старину на Руси величали «княгиней» и ели все – от бедняков до царей. Эта крупа не зря завоевала у нас такую любовь. Во-первых, гречиха не только не боится сорняков, но и сама успешно борется с ними. К тому же она совершенно нетребовательна к почве, а еще – отличный медонос. Во-вторых, гречка может довольно долго храниться, не теряя своих свойств, так как входящие в ее состав жиры стойки к окислению. В третьих, в ней много белка, железа, других микроэлементов и витаминов, зато почти нет калорий. Она прекрасно чистит печень и кишечник, рекомендована при сахарном диабете и прочих заболеваниях. Полезная, питательная и недорогая.

**Чем опасна некачественная**

Но некачественная гречка способна принести вред. В ней могут накопиться токсичные вещества, содержащиеся в почве (тяжелые металлы, радионуклиды), кроме того, она может быть заражена грибами (микотоксинами) или насекомыми-вредителями. Плохо, когда в пакете имеются сорные примеси и другие нежелательные "добавки", а также расколотые или нешелушеные ядра. Кроме того, гречка может быть просто невкусной, если производитель неправильно обработал крупу паром, в частности, «передержал» ее, превысил температуру или давление.

Мы проверили качество быстроразваривающейся (пропаренной) гречки пяти известных торговых марок: Агро-Альянс Экстра, Алтайская Сказка, Мистраль, Увелка и Чистая крупа.

**Краткие результаты теста:**

* Все пять проверенных образцов гречки **соответствуют** требованиям ГОСТа **по безопасности, по физико-химическим параметрам** (массовая доля влаги, кислотное число жира, содержание доброкачественного ядра, развариваемость) и по **органолептическим показателям** (цвет, запах и вкус).
* К трем образцам возникли **замечания по маркировке**. У гречки Алтайская Сказка не назван сорт крупы, у Увелки кроме сорта еще не указан ее вид (непропаренная или быстроразвариваемая /пропаренная/). На этикетках этих образцов просто написано: "Экстра". Однако для гречневой крупы не существует сорта "Экстра", эта надпись может быть воспринята покупателями как сорт. У гречки Агро-Альянс Экстра приведены неполные рекомендации по приготовлению.
* По соотношению "цена-качество" лидировала гречка Агро-Альянс Экстра.

Полная информация (как проводился тест, что означает «пропаренная», происхождение названия «гречка», а также краткая характеристика каждого образца) в статье «[Царица российских полей](http://spros-online.ru/testi/carica-rossiyskih-poley)» на [сайте журнала «СПРОС».](http://spros-online.ru)

Алисова Татьяна,

пресс-секретарь журнала «СПРОС»

+7 (499) 165-56-71, +7 (910) 471-99-90

[spros@spros-online.ru](mailto:spros@spros-online.ru)