

ЦЕНЫ НА КАРТОФЕЛЬ, ОВОЩИ, ФРУКТЫ В РОССИИ ПО СОСТОЯНИЮ НА 13.12.2019

Как выбрать мандарины и апельсины на Новый год и не попасться на уловки маркетинга: вся правда о цитрусовых

Владимир Иванович Косов, специалист ФГБУ «Ростовский референтный центр Россельхознадзора», рассказывает о том, как не ошибиться при выборе цитрусовых на праздничный стол

- Скоро Новый год и мы не представляем свои праздничные столы без мандаринов. Это уже такая выработанная годами традиция – если есть Новогодняя ель, то должны быть и мандарины. Апельсины тоже неплохо смотрятся на Новогоднем столе, но мы уже привыкли видеть их круглый год, как и бананы. Поэтому сегодня поговорим обо всей большой семье цитрусовых, сколько же их существует видов и, чем одни лучше или хуже других?

В мире насчитывается более 60 видов цитрусовых. Большинство новых видов появилось путем скрещивания между собой. В основном цитрусовые используют в свежем виде, исключение составляет БЕРГАМОТ, плоды которого внешне похожи на корявые лимоны, используются для косметических целей и как добавка к чаю.

К основным группам цитрусовых относятся апельсины, мандарины, лимоны, грейпфруты, помело. Кроме того, в нашей стране уже полюбили такие культуры, как кумкват и лайм.

Мандарины

Итак, начнем с мандаринов, родиной которых является южный Китай. Отличить мандарины от других цитрусовых очень легко, они всегда сплюснены от основания к верхушке, кожура обычно тонкая и легко отделяется от мякоти, плод состоит из 10-12 долек. В некоторых разновидностях много косточек.

Существует несколько видов мандаринов.

Пакистанские и египетские мандарины всегда имеют наличие косточек, они имеют специфический запах, по которому их можно отличить от других в дальнейшем.

В данный предновогодний период самыми лучшими будут Ленкоранские (Азербайджан) мандарины и ранние сорта Абхазских, которые даже зеленоватого цвета будут сладкими. Более сладкие китайские и вьетнамские мандарины содержат меньшее количество полезных веществ.

Мякоть спелых мандаринов имеет до 10% сахаров, много витамина С, клетчатку, фитонциды, минеральные соли, витамины Р и Д, которых нет в апельсинах. Очень интересная особенность мандарина: в нем никогда не бывает нитратов и прочих вредных токсинов, потому что они разрушаются при появлении лимонной кислотой. Однако мандарины являются сильными аллергенами. Обилие воды в плодах делает его опасным для тех, у кого проблемы с почками, также опасность для заболеваний ЖКТ (гастриты, колиты, язва желудка).

Никогда не стоит покупать мандарины, которые примяты, с неприятным запахом, поврежденной кожурой, полностью зеленой и подсушенной кожурой. В последнее время в ящики с мандаринами начали класть листья, это хитрый маркетинговый ход и на качество плодов никак не влияет.

Апельсины

Апельсины – культура, плоды которой можно видеть на наших столах круглогодично. Достигается это возможностью длительного хранения этих плодов, а также возможностью их выращивания в различных климатических зонах (ЮАР, Австралия).

При выборе апельсинов не стоит обращать внимание на их цвет. Потому что на упаковочных станциях большинства государств апельсины моют в различных растворах кислот, шампуней, воде и затем после просушки в специальных камерах их красят ярко-оранжевым парафином для привлекательности. Поэтому кожуру в чай и другие напитки добавлять нельзя. Настоящие апельсины только желтого цвета.

При выборе нужно обратить внимание на их свежесть и аромат.

Хорошо вызревшие и недавно сорванные апельсины не будут легкими и жилистыми, транспортировка от зрелости плодов не зависит, наоборот зеленые быстро потеряют влагу и будут мягкими.

Самые лучшие плоды средней фракции 200-250 грамм.

В данный период самыми лучшими будут однозначно Египетские апельсины.

Для еды нужно использовать пупочную разновидность (с нижней стороны плода имеется пупочек) сортов Навел. Кроме пупочка, этот сорт бугристый, с толстой кожурой, легко отделяющейся от сладкой мякоти.

Очень распространенный сорт Валенсия, относящийся к группе овальных апельсинов, имеющий гладкую тонкую кожуру, никогда не набирает столько сахаров, сколько Навел. В данный момент Валенсия еще не созрел, но он имеет хороший аромат и, поэтому может быть тоже в продаже. Поэтому правильно будет купить вначале 2-3 разных апельсина, а затем уже делать крупную покупку.

Кстати Валенсия идет в основном на соки. Сладким будет этот сорт не раньше марта. Апельсины цветут с февраля, а висеть на дереве могут до июня вместе с молодыми зелеными. Абхазские и Турецкие апельсины сейчас будут еще недозревшими. При покупке апельсинов на рынке нельзя приобретать замороженные апельсины, которые практически не будут храниться.

Лимоны и лаймы

Лимоны – бывают трех разновидностей: кислые, сладкие, грубые.

Самые полезные кислые, они имеют небольшое количество косточек, но больше всего в них находится витамина С, которого больше всего в вызревших плодах.

По полезности одинаковы и тонкокорые, и толстокорые. В кожуре лимонов много ароматических веществ. Даже импортные лимоны не обрабатываются сверху тонкой пленкой парафина.

Лайм – внешне похожи на лимоны, хотя это совершенно разные виды. Полезных веществ в лайме будет также больше при созревании.

Грейпфрут

Грейпфрут – фрукт, имеющий горьковатый вкус, крупнее и дороже других плодов.

Настоящей кладезь витаминов С, Р, Д, В1, полезного для сердечной мышцы нарингина, является антидепрессантом. Существует четыре разновидности грейпфрута:

- красный грейпфрут – мякоть сладкая, сочная, имеет яркий красный оттенок, косточки отсутствуют;
- белый грейпфрут – мякоть светлого оттенка и кожура тоже. По вкусу менее сладок, обладает легкой горчинкой. Косточек в плоде нет. Его используют для похудения;
- розовый грейпфрут – кожура желтого цвета и мякоть розового, не очень сладкий и не горький;
- желтый грейпфрут – кожура желтая, мякоть красноватого и розового оттенка.

Кумкват

Кумкват – выглядят, как маленькие продолговатые небольшие лимончики оранжевого цвета. Есть их нужно вместе с кожурой, в которой вся польза фрукта.

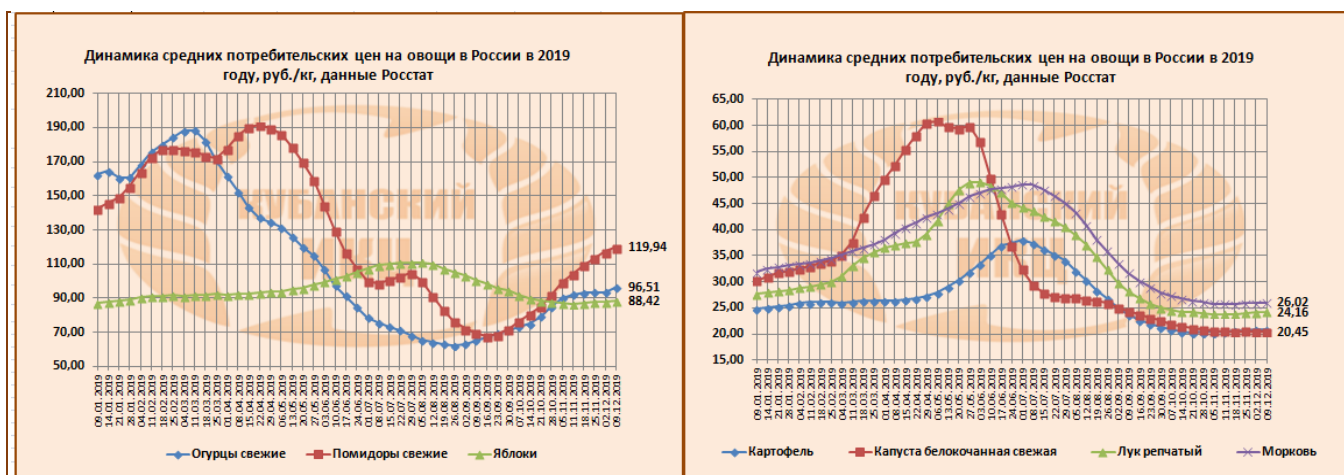
Кроме А, аскорбиновой кислоты (С), токоферола (Е), в нем содержится вся группа витаминов В: тиамин, рибофлавин, пиридоксин, фолиевая кислота.

Омега-3, 6, 9 жирные кислоты в составе делают кумкват полезным для нормализации мозговой деятельности.

Эфирные масла в кожуре имеют свойство благотворно влиять на эмоциональное состояние, успокаивают нервы. Калий, железо, магний, фосфор, цинк, кальций, марганец, которыми насыщен кумкват, – необходимый набор полезных элементов для работы внутренних органов и организма в целом.

Средние потребительские цены на овощи по России, руб./кг (по данным Росстат)

Наименование продукции	11.11.2019	18.11.2019	25.11.2019	02.12.2019	09.12.2019	изменения, % за неделю	изменения, % к началу года	изменения, % на аналогичную дату
Картофель	20,48	20,58	20,68	20,80	20,92	↑ 0,58	↓ -15,78	↓ -7,80
Капуста белокочанная свежая	20,55	20,46	20,52	20,51	20,45	↓ -0,29	↓ -32,35	↓ -21,74
Лук репчатый	23,82	23,81	24,01	24,10	24,16	↑ 0,25	↓ -12,53	↓ -4,66
Морковь	25,80	25,67	25,92	25,91	26,02	↑ 0,42	↓ -18,41	↓ -12,95
Огурцы свежие	91,83	92,99	93,17	93,39	96,51	↑ 3,34	↓ -40,62	↓ -20,18
Помидоры свежие	104,08	109,37	113,49	117,27	119,94	↑ 2,28	↓ -15,78	↑ 3,27
Яблоки	86,82	87,18	87,60	87,89	88,42	↑ 0,60	↑ 1,33	↑ 5,07



Средние потребительские цены на овощи в разрезе федеральных округов России на 9.12.2019, руб./кг

Наименование федерального округа	Картофель	Капуста белокочанная свежая	Лук репчатый	Морковь	Огурцы свежие	Помидоры свежие	Яблоки
Российская Федерация	20,92	20,45	24,16	26,02	96,51	119,94	88,42
Центральный	19,26	19,89	24,58	28,15	100,21	120,25	83,77
Северо-Западный	22,82	21,86	28,49	28,21	99,00	127,10	94,19
Южный	22,59	20,39	22,85	21,96	94,68	103,29	68,38
Северо-Кавказский	22,81	22,59	22,49	23,48	89,87	100,80	69,82
Приволжский	16,17	16,63	20,33	19,71	80,78	105,61	74,44
Уральский	18,62	20,55	24,14	25,70	85,36	125,84	96,94
Сибирский	20,08	20,27	22,13	26,36	92,20	134,49	103,24
Дальневосточный	39,09	36,52	41,41	53,68	163,56	164,42	161,41

Еженедельные средние потребительские цены на овощи в ЮФО и СКФО, руб./кг на 09 декабря 2019 г.							
Наименование региона	Картофель	Капуста белокочанная свежая	Лук репчатый	Морковь	Огурцы свежие	Помидор ы свежие	Яблоки
Южный федеральный округ	22,59	20,39	22,85	21,96	94,68	103,29	68,38
Республика Адыгея	23,49	22,67	22,81	22,35	77,69	83,63	59,26
Республика Калмыкия	22,28	20,84	22,66	22,57	88,06	107,80	72,52
Республика Крым	27,01	21,76	26,41	23,19	97,02	117,67	66,92
<i>Краснодарский край</i>	<i>26,20</i>	<i>23,64</i>	<i>26,03</i>	<i>25,12</i>	<i>105,67</i>	<i>106,27</i>	<i>68,89</i>
Астраханская область	19,98	21,09	19,95	19,37	79,32	73,29	75,81
Волгоградская область	16,56	15,96	16,74	15,72	67,99	88,71	67,24
Ростовская область	22,11	19,09	22,49	21,29	94,49	101,06	64,96
Северо-Кавказский федеральный округ	22,81	22,59	22,49	23,48	89,87	100,80	69,82
Республика Дагестан	23,26	22,74	21,94	22,97	89,53	103,67	65,96
Республика Ингушетия	22,90	23,15	23,12	25,85	91,81	104,09	78,90
Кабардино-Балкарская Республика	17,29	21,40	18,93	18,88	84,82	95,50	65,25
Карачаево-Черкесская Республика	23,44	20,69	23,18	23,68	101,34	108,76	73,56
Республика Северная Осетия - Алания	18,71	22,89	20,39	20,53	76,54	103,22	64,89
Чеченская Республика	24,66	25,44	23,94	28,65	98,19	100,91	76,72
Ставропольский край	22,38	21,15	23,46	21,65	91,15	95,98	68,97
изменение ЮФО к СКФО, %	↓ -0,96	↓ -9,74	↑ 1,60	↓ -6,47	↑ 5,35	↑ 2,47	↓ -2,06

Средние цены производителей сельскохозяйственной продукции, реализуемой сельскохозяйственными организациями на 01.11.2019 г., рубль, Российская Федерация

	Капуста всех сортов	Огурцы закрытого грунта	Томаты закрытого грунта	Морковь столовая	Лук репчатый	Свекла столовая	Картофель
Российская Федерация	12 950,33	57 639,89	66 025,20	10 678,76	12 242,51	9 291,34	9 147,73
Центральный федеральный округ	10 719,09	50 985,15	76 266,34	10 407,25		7 998,58	8 199,30
Северо-Западный федеральный округ	10 299,43	80 348,26	98 348,68	15 851,16		8 884,64	11 464,41
Южный федеральный округ	15 707,24	42 390,18	55 989,01	14 729,56	13 984,64	11 787,24	10 333,45
Северо-Кавказский федеральный округ		51 462,62	51 303,80		16 776,36		14 938,00
Приволжский федеральный округ	9 884,06	61 210,03	60 232,29	8 008,56	9 100,51	6 344,74	6 536,52
Уральский федеральный округ	13 567,93	48 038,30	72 091,63	12 647,44	17 110,95	9 237,07	9 511,56
Сибирский федеральный округ	8 462,68	62 621,02	67 040,41	7 487,91	12 052,39	10 423,64	12 268,91
Дальневосточный федеральный округ	31 855,95	118 987,91	125 674,16	39 324,45	11 924,19	31 051,83	29 299,36

**Информация подготовлена отделом информационно-аналитическим
ГБУ КК «Кубанский сельскохозяйственный ИКЦ»**

Информация предоставляется «как есть» и только для информационных целей, не для торговых целей или консультаций, и публикуется с задержкой.

Все CFD (акции, индексы, фьючерсы) и цены предоставляются не биржами, поэтому цены могут быть неточными и могут отличаться от фактической рыночной цены, то есть цены являются ориентировочными и не подходят для торговых целей.