

Ни один праздник у нас в семье не обходится без салатов из крабовых палочек. Маленький сын их обожает. А дочь включает крабовое мясо в диету для похудения. Полезен ли этот продукт? Из чего он производится? И почему не все палочки одинаково вкусные?

А. В а с н е ц о в а, Гомель

### Суrimi: вкус праздника

НЕЖНЫЕ крабовые палочки, сочное крабовое мясо делают из суrimi — в переводе с японского «промытая рыбная смесь». Для производства суrimi используется очищенное от кожи и костей филе белой рыбы тресковых пород. Из дважды промытой и перемолотой рыбной массы полностью удаляют жир и холестерин. Остается самое ценное - чистый белок, йод и железо. Благодаря чему суrimi обладают антисклеротическим действием, нормализуют свертываемость

крови и снижают опасность образования тромбов, а также полезны при малокровии. Ученые считают, что блюда из суrimi чаще нужно есть тем, кто подолгу сидит за компьютером и постоянно пользуется мобильными телефонами. В Беларуси крабовые палочки с наиболее высоким содержанием суrimi — свыше 50 % производит крупнейший в республике переработчик рыбы и морепродуктов - компания «Санта-Бремор».

СП «Санта Бремор» ООО. УНП 200656098