

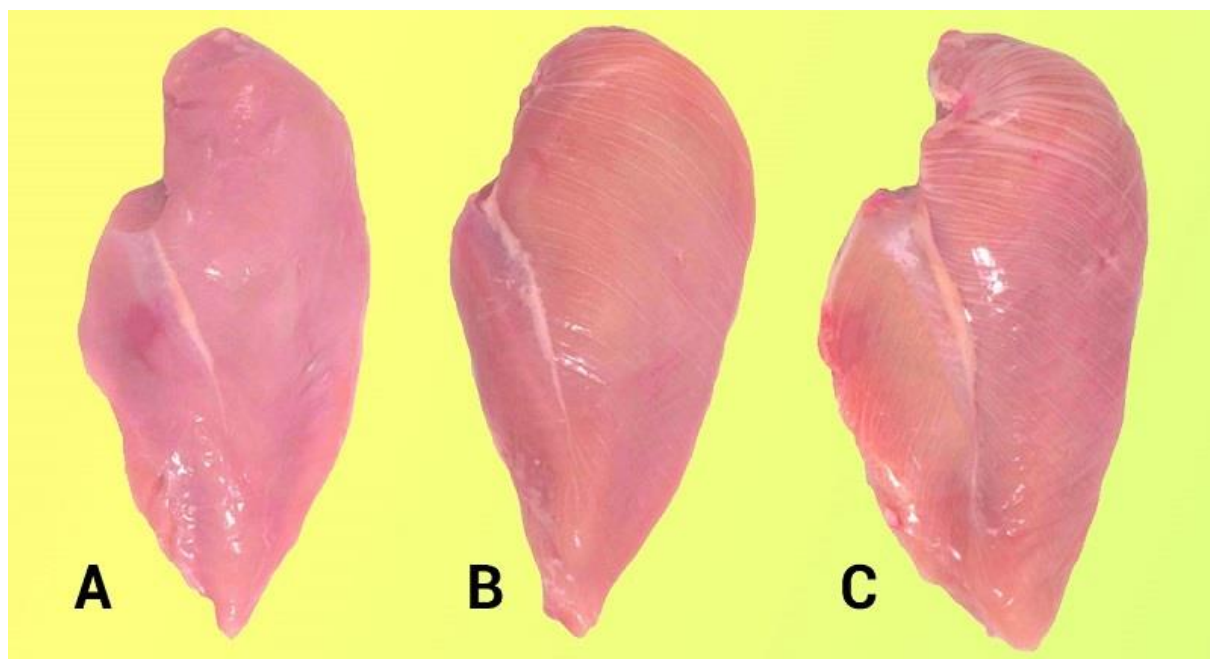
Jak wybrać najlepsze piersi z kurczaka

W pierwszej kolejności zwróć uwagę na **opakowanie** w jakim znajduje się kurczak. Jeśli będzie ono napuchnięte oznacza to, że kurczak może nie być już pierwszej świeżości. Są one zazwyczaj zapakowane bardzo szczelnie, dlatego powietrze z zewnątrz do mięsa nie dociera i wydłuża jego świeżość. Z drugiej jednak strony powoduje to, że gazy, które zbierają w środku nie mają drogi ujścia, dlatego opakowanie zaczyna pęcznieć.

Po opakowaniu zwróć uwagę na **kolor**. Mięso powinno być różowe, ale jeśli zauważysz na nim żółtawe plamy, odpuść sobie tą paczkę piersi i poszukaj innej. Żółty odcień mięsa wskazuje, że termin przydatności dobiega już końca i chociaż można je jeszcze zjeść, to nie poleży ono za długo i może szybko się zepsuć.

Zwróć uwagę również na **rozmiar**. Normalny filet z kurczaka hodowanego naturalnie waży 150-180g, może dobić maksymalnie do 200g. Dlatego jeśli znajdziesz opakowanie, które waży 500-600g, a są w nim tylko dwa filety to może to być oznaką przyspieszonego chowu drobiu, albo piersi mogą być napompowane wodą.

Kolejnym dobrym sygnałem może być obecność białych pasków na piersi. Widać je nawet na zdjęciu powyżej, ale tutaj są one bardzo delikatne i małe. Jeśli kurczak rósł zbyt szybko tkanka tłuszczowa rozwijała się nierównomiernie. Takie mięso będzie miało zdecydowanie więcej tłuszczu i paski te będą widoczne na piersi. Drugą kwestią jest to, że tłuszcz powinien mieć biały kolor, jeśli jest żółty, nie kupuj go.



Jeśli trzymasz w ręce opakowanie zobacz również czy nie zbiera się w nim woda. Filet leży na specjalnej podkładce pochłaniającej nadmiar ilości, ale jeśli leży już długo nie wchłonie ona wszystkiego i w opakowaniu zobaczymy maż i płyn, czasami wymieszany z krwią. Jeśli opakowanie jest przezroczyste zobaczysz również jak wygląda ta specjalna wkładka pochłaniająca wodę. Staraj się wybierać piersi, w których jest ona jak najmniej nasiąknięta.