**Выбираем сметану**

Молочные реки, кисломолочные берега. Как правильно выбирать сметану (продукт не совсем диетический, но при этом — источник полезного молочного жира, кальция и жирорастворимых витаминов)?

Покупая сметану, необходимо не только прочитать информацию на ценнике, но и обратить внимание на упаковку продукта: она должна быть без повреждений, герметично упакована, без подтеков, с четко читаемой маркировкой.

Также необходимо проверить, соблюдаются ли температурные условия хранения продукта в магазине. Если температура в холодильной витрине выше +6°С, такой продукт лучше не покупать — он опасен и может вызвать пищевое отравление.

Также опасность представляет и продукт с истекшим сроком годности. В домашних условиях, после вскрытия упаковки сметану необходимо использовать в течение 2-3 дней.