

## كيف تعرفون إن كانت الأسماك طازجة أم لا؟



«دبي:» الخليج

تعتبر الأسماك من الأطعمة المفيدة والغنية بالعناصر الغذائية المهمة، التي يحتاجها الجسم، ويحرص البعض على شراء الطازج منها، لكن هناك فئة تساءلت عن كيفية معرفة إن كانت الأسماك في السوق طازجة أم لا عند شرائها

وبحسب عدد من المختصين، فإن للأسماك العديد من الفوائد التي لا تحصى للجسم، إلا أن التمييز إن كانت طازجة أم لا يعتبر مهارة لا يملكها الجميع، حيث قدموا نصائح سهلة وبسيطة للتعرف إلى السمك الطازج، أبرزها

**قشور لامعة:**

الأسماك الطازجة، والتي تم صيدها حديثاً، يجب أن تظل قشورها لامعة براقية، ويبدو وكأن طبقة رقيقة من الدهن على القشور، وإذا كانت أطراف السمك مقطوعة فمن المهم التأكد ألا تكون الأطراف مائلة إلى اللون البني أو أنها تبدو جافة، فهذا يعني أنها ليست طازجة

## عيون جاحظة

تعتبر الأسماك التي تبدو عيونها جاحظة ومنتفخة للخارج، طازجة، أما التي تبدو عيونها ذابلة وليس فيها بريق واضح، فإنها دلالة على أنها تم صيدها منذ أيام

## لون الخياشيم

ومن خصائص الأسماك الطازجة لون الخياشيم، التي تظهر باللون الأحمر أو الوردي الزاهي واللامع

## رائحة اليود

لا تنبعث من الأسماك الطازجة رائحة مريبة، بل تشبه رائحة اليود، فإذا خرجت السمكة من البحر تنبعث منها رائحة ماء البحر، أما إن شممت رائحة أخرى، فهذا يدل على أنها ليست طازجة

## لمس لزج

يعد لمس الأسماك والضغط على الجلد بواسطة الإصبع إحدى حيل معرفة إن كانت طازجة أم لا، ففي حالة كون الأسماك طازجة يعود اللحم على الفور إلى مكانه فور رفع الإصبع، كما أن ملمسها يكون أشبه بلمس جسم لزج