

28 мая – день рождения майонеза. Вроде как в этот день в 1756 году повар подал его на стол герцогу де Ришелье (правнучатому племяннику того самого кардинала). Полководец нуждался в сытном праздничном обеде – французы нанесли британцам поражение в первом морском сражении Семилетней войны.

Французы довольно быстро подметили способность майонеза улучшать вкус обыденных продуктов – с ним на ура шли и обычный хлеб, и овощи. Но мы двинулись в этом деле куда дальше – майонез стали добавлять ко всем супам, заправлять им салаты с самым безумным сочетанием ингредиентов. Мясо по-французски? Тысяча чертей, там из французского только название. Это мы придумали заливать свинину майонезом. И для печенья использовать майонез догадались тоже мы.

Нет никакой Франции в лидерах майонезного производства. Там США, а Россия – следом. Ну а как, если почти 40% граждан страны не мыслят существования без майонеза. Главный соус. 6 идей, как использовать майонез на кухне Подробнее

С рецептурой майонеза столового (провансаль) в СССР определились к 1957 году: масло растительное – 65,9%, сухой желток – 5%, сахар – 1,5%, соль – 1,3%, горчица – 0,75%, сухое молоко – 1,6%, сода – 0,05%, уксусная кислота – 1,2%, вода – 22,7%. Стандарт содержимого стеклянной банки ёмкостью 200 граммов зафиксировали в каталоге маслостойко-жировой промышленности, но массовым продукт не стал. В 1960 году страна производила всего 7,5 тыс. тонн майонеза – чуть больше 35 граммов в год на жителя.

Покупной майонез был нечастым гостем на столе примерно до конца 80-х. Причин для изменений, как указывают отраслевые эксперты, было несколько. Во-первых, на сломе эпох в стране упало производство молочных продуктов. В результате с магазинных полок стала исчезать сметана – продукт социально значимый, нехватку которого потребителю необходимо было чем-то компенсировать. С растительными же маслами в СССР на тот момент всё было нормально, как и с другими составляющими майонеза – куриное яйцо, сахар, уксус, горчичный порошок. Во-вторых, сухой закон высвободил какие-то производственные мощности. Это вместе с закупкой за рубежом оборудования позволило избавиться от хрупкой стеклянной банки. Появилась пластиковая упаковка, которая как минимум серьёзно упрощала логистику. И майонез отправился в те райцентры, жители которых видели его лишь в составе продуктовых наборов к празднику.

К тому же очистка масла вышла на качественно новый уровень, идеально подходящий для увеличения производства майонеза. В итоге к началу 90-х его довели уже до 450

тыс. тонн. И эти тонны стали выручать страну, холодильники которой опустели. Мажь майонез хоть на батон, хоть на морковку... Соус с яйцами. Как правильно выбирать майонез Подробнее

«Сейчас в стране майонеза и майонезных соусов производится примерно 870 тыс. тонн ежегодно. Сырьё своё, – говорит исполнительный директор Масложирового союза России Михаил Мальцев. – Объёмы с лихвой удовлетворяют спрос. Потому импорта в наших торговых сетях практически нет».

Что до спроса, то пик потребления в РФ пришёлся на 2018-й, когда майонеза россияне съели примерно 780 тыс. тонн (полкило на человека). В последние годы цифра снизилась – 730–750 тыс. тонн. Но рухнуть значительно ей не дают усилия маркетологов.

«Они активно работают, чтобы майонез в сознании потребителей перестал быть тяжёлым для организма продуктом. Майонез появился даже в ассортименте магазинов, специализирующихся на полезном питании», – отмечает доцент базовой кафедры торговой политики РЭУ имени Плеханова Светлана Казанцева.

Отсюда все эти виды майонеза вроде «зелёного», «лёгкого» и манипуляции ингредиентами. Между тем у специалистов-технологов есть чёткое определение: майонез – это эмульсионный продукт с жирностью не менее 50%. Так что никакого «лёгкого» майонеза не может быть по определению – это майонезный соус. Как понять, что майонез некачественный? Подробнее

«Конечно, тем, кто борется со своим весом, майонез не рекомендуется, – говорит врач-гастроэнтеролог и терапевт Константин Спахов. – Но на самом деле хороший майонез не столь вреден, как многие думают. Ведь классический рецепт включает растительное масло, яичный желток, горчичный порошок и лимонную кислоту или уксус – абсолютно натуральные компоненты. Желток – кладёшь полезных веществ: белки, бета-каротин, ряд витаминов, лецитин (нейтрализует негативный эффект холестерина). Кстати, яйца уже давно реабилитировали, в исследованиях доказано, что они не повышают риск заболеваний сердца и сосудов. Да, жиров в майонезе действительно много – 65–70%. Но это меньше, чем в сливочном масле или сале, которые, в отличие от майонеза, предпочитают защищать, а не ругать. Плюс тут жиры растительные, они менее вредные, чем животные».

Впрочем, ключевое здесь именно «хороший». При этом у иного майонеза состав часто бывает таким же длинным, как у колбасы, а дорогого желтка – мизерное количество.

Лучший выход – делать соус самим. Если это очень хлопотно, покупайте. Но выбирайте тот майонез, в котором меньше пищевых добавок. Запомните правило: желток на этикетке должен стоять в составе на 3-м месте (первые два занимают масло и вода). Если он на четвёртом месте, значит, его не очень много. И ещё ищите белок. В классическом майонезе его не менее 3%.