

食品科考



■本报见习记者 秦志伟

人体能够体验到的基本味道之中,有一种叫作“鲜”。而在烹饪食物时添加鸡精或味精可以让食物口感更鲜美,但究竟放鸡精好还是味精好,却说法不一。但大多数人告诉

你:鸡精更好。

很多人对味精有成见,却对鸡精情有独钟,认为鸡精是以鸡肉为主要原料做成的,不仅有营养,而且安全。那么,事实到底如何呢?

味精并没有那么可怕

在北京一些超市调味品货架前,记者随机询问购买者“鸡精和味精哪个更好”时,大多数购买者会给出“鸡精更好”的答案,却对味精有特别的看法。

很多消费者都认为,味精是化学合成物质,不仅没什么营养,常吃还会对身体有害。

“最初的味精是水解蛋白质后纯化得到的。”科普作家、食品工程博士、《吃的真相》作者云无心说,亚洲人很早就利用鸡汤、骨头汤、海带汤等浓汤作为调味品来为食品“增鲜”。

其实,味精本身是一种氨基酸,天然存

在于粮食、豆类和鱼肉类当中。

中国疾病预防控制中心营养与食品安全所副研究员杜松明介绍,味精即谷氨酸单钠结晶而成的晶体,是以粮食为原料,经谷氨酸细菌发酵生产出来的天然物质。

“谷氨酸是一种普遍的氨基酸,主要以络合状态存在于富含蛋白质的食物中,如蘑菇、海带、西红柿、坚果、豆类、肉类以及大多数奶制品。”杜松明说。

据了解,谷氨酸是组成蛋白质的20种氨基酸之一,广泛存在于生物体中。但是,被束缚在蛋白质中的谷氨酸不会对味道产生影响,只有游离的谷氨酸才会成为谷氨

酸盐,而产生“鲜”味。

“适当食用味精对人体无害。我国目前尚没有味精的每日参考摄入量标准。”杜松明说。国内文献中尚无纯粹观察味精对人体的影响的研究,缺乏大量的人群研究资料的证据。

有些人吃了含味精过多的菜之后,会觉得口渴,“一方面是味精中含有钠,另一方面,味精放得多的菜里,盐一般也放得多。”杜松明解释道。

“凡是增鲜调味品都含很多钠。用不是不可以,但要少用。”中国农业大学食品科学与营养工程学院副教授范志红说。

鸡精里也有味精

为什么更多的人选择鸡精?鸡精由哪些成分构成?

在超市的货架上,大部分鸡精的包装上都形象地画着一只肥鸡,或者写着“用上等肥鸡制成”“真正上等鸡肉制成”。

“但它并不像想象那样主要由鸡肉制成。”范志红表示,鸡精的主要成分通常是食盐、麦芽糊精和味精,其中味精的数量通常会超过真正来自天然食品的成分,比如鸡肉粉或鸡骨粉、鸡蛋提取物、其他肉类提取物等。

优质产品和廉价产品的差异,在很大程度上,正在于这些天然提取物的含量比例。廉价品通常含有更大比例的盐和味精,而高品质的鸡精会有更多来自鲜鸡的成分。

华中农业大学食品科技学院教授李斌指出,这其中,味精占到总成分的40%左右,盐占到10%以上。

鸡精中还含有不少糊精和淀粉,并加入抗结剂,主要用于黏结和造粒,让颗粒松散,不容易吸潮结块,便于使用。

“不过,鸡精的味道再逼真,也只是一种调味品,不能与鸡肉的营养同日而语。”范志红说。

鸡精的成分复杂,一般而言,“香”味更浓郁一些。李斌表示,鸡精的味道之所以很鲜,主要还是其中味精的作用。

“但和味精一样,鸡精在食物中只是作为增鲜和调味目的,用量只占食物的千分之几。”李斌说。

选鸡精还是味精

在实际生活中,作为增鲜和调味,选择味精还是选择鸡精,“这主要看烹饪对象和每个人的口味要求。”李斌说。

范志红介绍,两者生产原料、工艺方法、产品成分及风味明显不同。味精是一种很纯的鲜味剂,水解植物蛋白经加工也可制成味精。鸡精则是多种呈味物质配合而成的混合物,它既有味精的鲜味,又有其他呈味物质的鲜味。

由于鸡精中同样含有一定的味精,因此它与味精的安全性差不多,同样应注意不要长时间高温加热。

“不仅如此,鸡精中所含的水解植物蛋白、水解动物蛋白同样不耐高温,所以鸡精也应该在炒菜起锅前加入,不要放得太早。”李斌说。

需要特别注意的是,由于鸡精本身含有一定量的食盐,如果在炒菜和做汤时用了



本版图片来源:百度图片

鸡精,用盐量一定要相应减少。

总之味精、鸡精虽然都是增强鲜味的产品,实际成分和用法却有一定的差异。范志红表示,一般来说,植物性食品选择鸡精风味更自然一些,而动物性食品选择味精即可达到自然的口味。

“由于它们都不是以提供营养为目标的食物,所以不用去考虑其营养价值的高低。”范志红说。

评论

食品标准制订别忽视消费者声音

■吴学安

要想让消费者食品安全标准的制修订放心,就必须让公众参与到标准制修订过程中,了解哪些标准需要重新修订,哪些标准为低于国际标准。只有标准制修订过程公开、透明,公众积极参与,并将消费者的声音反映到标准之中,才能防止标准被企业所左右。

首届“江苏食品安全论坛”日前在南京召开。论坛邀请主管部门、企业代表、行业专家、权威媒体等共同参会,围绕如何加强食品安全监督管理,探寻解决食品安全问题等进行了精彩讨论,并倡导形成全社会共治格局来维护“舌尖上的安全”。江苏省农委副主任、省绿色食品协会会长李俊超说,要搞好食品安全,一是生产环节要标准化,二是主管部门要继续把握住产地准出、市场准入两道关口。南京农业大学经济管理学院教授、博导周应恒提出,要在食品安全监管中确立“消费者优先”原则(据12月21日新华网报道)。

勾兑醋、问题血燕、速冻水饺“金黄色葡萄球菌”……近年来,我国有关食品安全的新闻事件不断。这些新闻事件背后,是日益凸显的国家标准缺失以及由此引发的广泛争议。如在此前众多的争议中,以“乳品新国

标”之争最为激烈。同时,“乳品新国标”之争几乎集合了所有有关食品标准的争议特点:专家质疑大企业“绑架”国标,政府部门澄清、企业极力辩解,而处在食品产业链最末端的消费者则是一头雾水,无所适从。早在两年前,原卫生部食品安全与卫生监督局局长苏志针对企业是否会左右食品安全标准修订的问题强调,企业不会左右食品安全标准的制修订,政府鼓励行业参与标准的制修订。同时,也希望媒体、公众,还有大专院校第三方的专家,积极地参与到标准的制修订过程中。

国内现行食品安全标准10年以上标龄的占1/4,个别甚至已超20年未修订。中国现存的标准中部分已过期,有的甚至还制约着食品行业的健康发展。事实上,在多数广受消费者关注的食品安全事件背后,都与相关国标滞后、缺失甚至混乱密切相关。正因为如此,食品安全存在着程度不同的隐患。尤其是在这些非议背后,时常传出企业绑架食品安全标准的声音。尽管事后相关部门和专家都出面否认,但仍难消除公众心中的疑惑。

任何食品,消费者的底线诉求无非两个,即安全、有营养。辨别食品国标究竟是不

是被相关企业“绑架”,当然不能仅凭一两个专家的爆料,但也不能依赖于主管部门自说自话的“辩白”。更重要的是看国标是否满足了消费者的基本诉求,考察国标制订机制是否民主、透明,并具备充分吸纳消费者意见的渠道。

公开透明想要落到实处不易。一些公开程序设置不合理,有意无意隐去一些关键信息,形式走得再漂亮,也只是花架子。而在消费者对一些食品国标的质疑声不断,亦从侧面表明这些标准在制修订过程中并未将公开透明落到实处。而要想让消费者食品安全标准的制修订放心,就必须让公众参与到标准制修订过程中,了解哪些标准需要重新修订,哪些标准为低于国际标准。只有标准制修订过程公开、透明,公众积极参与,并将消费者的声音反映到标准之中,才能防止标准被企业所左右。

食品国标的高低牵涉到多方利益,各方通过正当途径表达利益诉求很正常,但食品国标的制修订决不能为少数利益集团把持而无视公众利益。而要让食品国标客观公正,就得将公开透明进行到底,让消费者心中有数,让试图操纵标准制修订、扩张私利者无所遁形。

编者按

2014年进入了最后的倒数时刻,就要过去了。岁末盘点,本期我们从“吃”的角度回望这一年,整理了2014年见诸媒体的“食品安全事件”,以求从新闻报道的记录里,一窥2014年中国食品安全之现状。

12月末,媒体又曝光了“病死猪”事件,据悉,病死猪流向了广东、湖南、重庆等7省市,目前,事

件仍在进一步调查之中。在2014年就要结束时,我们的眉头再一次为食品安全而紧锁,再一次为“吃什么”感到惶恐与不安。

然而,一个结束是另一个新的开始,站在2014年的岁末,我们要说给新的一年:希望2015年,监管更到位,食品更安全,消费更放心。

福喜过期肉事件

事件回放:

7月20日,上海东方卫视电视台记者经过两个多月的调查发现,麦当劳、肯德基、必胜客等国际知名快餐连锁店的肉类供应商——上海福喜食品有限公司(以下简称“福喜”)“存在大量采用过期变质肉类原料的行为”。此外,福喜还存在其他违规操作,包括肉落地后直接加工,将次品混入生产线、“阴阳账本改数据”等。

7月21日,国家食品药品监督总局发布公告,将对事件进行全面调查。同时,全国各地的食品药品监督管理局也开始彻查福喜投资方在当地设立的所有的食品生产企业。

8月29日,因涉嫌生产、销售伪劣产

品罪,福喜高管胡骏等6人,被上海市人民检察院第二分院依法批准逮捕。9月,上海福喜遣散340名员工。

点评:

自从2005年肯德基被报道其鸡翅和调料中存在可能伤害人体健康的“苏丹红”之后,扎根中国多年的洋快餐频频被曝存在食品安全隐患,有媒体统计,过去的5年里在华洋快餐店已经曝出至少17起食品安全事件。让人不禁感叹,洋快餐说好的安全去哪儿了?相比于门店数量在中国的快速扩张,其监管还远远没有跟上。如何选择上游供应商,如何保证原料的安全放心?对于快餐业,这是难题,但必须找寻答案。

垃圾皮料制成食用明胶

事件回放:

央视《每周质量报告》栏目的记者调查明胶生产企业发现,有企业选用被多种工业原料污染的垃圾皮料作为原料,生产出药用明胶和食用明胶,出售给药企和糖果工厂。国内几家大型的糖果生产厂家如雅克、冠冠、蜡笔小新等也在使用此类不合格明胶的企业之列。

点评:

明胶是一种动物胶原,由含有胶原蛋白的动物的皮、骨、筋腱等经部分水

解、提纯之后所得。按照用途分,明胶可以分为工业明胶、食用明胶和药用明胶。早在2012年央视就曾曝光不法企业用石灰处理皮革废料,熬制工业明胶,这些工业明胶流向药厂,成为制作药用胶囊的原料。曝光之后,全国舆论哗然,全国彻查“毒胶囊”。然而,两年之后,“问题胶囊”再次出现。可以说,明胶行业不断出现的“暗影”,不仅仅是个别企业的“无良”,更是各个环节上的“集体失守”,这不仅仅是监管的缺失,也反映了相关管理规定制定上的矛盾与滞后。

过期原料流向杭州多家烘焙企业

事件回放:

央视3·15晚会曝光,杭州等多家知名烘焙企业,都有可能使用过期原料。调查记者卧底以上多家烘焙企业供货商——杭州广祺贸易公司发现,有的原料过期两年之久,有的甚至爬满虫子,而这只须撕掉标签就可改头换面重新上市。

3月16日,杭州工商部门查封广祺公司800余箱涉嫌过期食品,暂扣20多箱。此外,杭州工商还紧急检查相关经营单位百余家,对涉嫌问题食品的所有商场、超市进行下架处理,关闭广祺贸易公司在阿里巴巴的电子交易网站,对发行的低价券实行统一登记处理。

后续调查显示,从2012年开始,该企业负责人授意员工李某、万某对过期

食品原料及临近保质期食品原料外包装上的生产日期、保质期进行涂改、伪造,并将上述食品原料重新包装好之后对外进行销售。

点评:

此消息一出,杭州的食品市场受到震荡,消费者人人自危,街头面包房还能去吗?有趣的是,消费者的担忧推高了私家烘焙,市场上面包机的销量实现翻番。必须承认,无论面包房如何透明公开生产制作的过程,仍有环节并没有向消费者完全公开。也正因为原料制作、采购、流通、销售等环节存在盲区,使得“弄虚作假”存在的空间,这也让“诚信”两字,在食品安全的生产上弥足珍贵。

层出不穷的“毒”字头食品

事件回放:

毒豆芽:4月,沈阳警方破获一起制售有毒有害食品案,抓获蒋某等4人,查获非食品添加剂浸泡的豆芽6吨。

毒鸭血:10月,浙江湖州织里超过1吨的用猪血+甲醛+工业明胶“炮制”的“毒鸭血”被警方查获,作坊老板贾某被刑拘。在此之前,这个作坊每天都能出产1万盘左右的“毒鸭血”,流向当地的餐饮市场……

毒腐竹:11月,公安部发布信息称,山东等地公安机关成功破获一起涉及山东、河南、湖北、河北、安徽、黑龙江、辽宁等7省的特大制售有毒有害腐竹案件,打掉生产有毒有害腐竹窝点8个,生产有毒有害腐竹的“黑窝点”17个,现场查扣有毒有害腐竹添加剂105吨、有毒有害腐竹3.3万余斤……

点评:

2014年,有关“毒”食品的新闻频频曝光,除“毒豆芽”“毒鸭血”“毒腐竹”之外,“毒”食品层出不穷,不胜枚举。

媒体也越来越爱用“毒”字形容那些他们说不清道不明原料和做法的食品,它们往往生产于小作坊,生产过程使用了非法的添加剂。

这些“毒”字头的食品也让食品添加剂背上了“骂名”。实际上,在现代食品工业中,添加剂扮演了不可或缺的角色,而那些影响人们健康的,是那些被明令禁止使用的“非法”的添加剂。而各地层出不穷的“毒”字头食品,也给监管部门提了醒,那就是监管不能只依靠群众的举报,监管也不能靠突击检查,食品安全监管之路漫漫,仍须上下而求索。

大型超商的“后厨”危机

事件回放:

8月,一段曝光沃尔玛深圳洪湖店食品加工内幕的视频引发了公众的强烈关注。据视频显示,在沃尔玛后厨,一锅油已经炸过155份鸡块,黑如酱油,画外音表示,这一锅油第二天还要继续炸鸡块,4天后,这一锅黑色的炸鸡用油还未更换。

据沃尔玛方面称,此次涉案门店今年以来,包含熟食部在内,已经接受了政府和监管部门26次的执法检查,每次检查都是合格,没有一次例外。

点评:

或许中国的消费者真的该迷茫了,

标榜有严格“内控体系”的世界500强公司也“沦陷”了,那么,到底还能信赖什么呢?在利益面前,洋企业也不惜铤而走险,“入乡随俗”。如果仅靠企业的“内控”与自觉,那么,食品的安全永远是随机事件。

更值得反思的是,为什么在之前的26次检查,又统统都合格了呢?为何密集检查拦不住“漏网之鱼”?细数重大食品安全事故,大多数还是源于媒体曝光或内部曝光,监管部门往往“姗姗来迟”。日常的密集检查不等于有效检查,更不等于“有效治理”,避免监督和检查流于形式,需要有关部门真正“望闻问切”,纠察治偏。

(胡璇宇整理)