

汇源“瞎果门”揭开冰山一角

随着汇源等多个果汁品牌被曝用腐烂瞎果榨汁,果汁饮料的安全成为业界关注的焦点。昨日,《北京商报》记者围绕果汁上游原材料来源,对国内几大较有影响力的果汁企业进行了采访,经调查发现,大部分企业都是通过采购获取原材料,而非是自有果园供应,在业界看来,这就为果汁质量埋下了安全隐患。

汇源等被曝以腐烂果做原料

日前,有媒体报道称,安徽省砀山县、江苏省丰县、山东省平邑县的4家果汁饮料生产企业涉嫌使用腐烂瞎果加工果汁的问题,其中包括汇源这一知名品牌。

事情曝出后,食品药品监管总局紧急部署各地食品安全监管部门开展调查,初步给出的结果是“未发现腐烂水果存货”。但这些“说明”似乎并没有完全消除消费者的顾虑。有消费者质疑,既然问题发生在原材料阶段,果汁企业的上游来源到底怎么样?《北京商报》记者对此进行了调查。首先联系到涉事企业汇源,该公司相关负责人告诉《北京商报》记者,汇源对农业板块非常重视,但是由于果汁生产量较大,还是以从果农处收购为主。

多品牌原料基本靠收购

和汇源果汁一样,随后《北京商报》记者联系椰树、统一、可口可乐等国内几大果汁品牌的生产商,发现他们的原材料来源基本都是通过相应的采购部门从企业外部收购水果或果汁,几乎均没有自营的果园。

农夫山泉果汁饮料工厂负责人称,其农夫果园果汁使用的果蔬原料均来自国内,主要是海南、广东、新疆等省市自治区。而水溶C100的原料柠檬、西柚、橙子则直接以果汁的形式从巴西进口。可口可乐旗下品牌美之源的主原料橙汁也是“漂洋过海”而来。统一、娃哈哈均明确表示公司没有自建的果园。椰树牌椰汁、承德露露也向《北京商报》记者透露,公司主要通过当地经销商从果农处收购水果原料。

全产业链发展遇成本桎梏

中国食品商务研究院研究员认为,“瞎果门”事实上是业界普遍存在的问题,而被曝光的几家果汁企业只是揪出了违规企业的冰山一角。但从当前各个行业加速整合的大环境来看,建立自有果园,形成从上游种植业到市场终端的全产业链是饮料行业未来的发展趋势,

而这也是保障上游原材料供应安全的一项重要手段。

有专家认为,企业通过采购方式较难把握原料来源的安全性,尤其是直接进口果汁。“有了自营果园后,企业对原料的不可控因素将大大减少”,但另一方面,建立满足企业生产需求的自有果园,意味着企业将走规模化之路,“如此一来,企业承担的资金、市场风险将增加,成本无疑会大幅度提高。”

中国品牌研究院研究员朱丹蓬介绍,食品行业较低的违法成本也是企业不惜冒险使用瞎果的原因。在国外,如果消费者因为使用某个企业的产品导致伤残或致死,则企业将面临倒闭的风险。而在我国现阶段,杜绝食品安全问题基本上靠企业自律。而在国家“力争创造税收”的号召下,企业自律已基本成为一句空话。

“企业在加强自律意识之余,国家也要建立匹配行业发展的法律法规,并加大对违法行为的处罚力度,国家、行业、企业三个维度同时发力,才能建立起健全的管理体系和监管机制,推进果汁行业全产业链的发展。”上述专家说。

(曹迪娟)

健康吃饭不必太刻意

如今,中国人越来越注重保健养生,食养更是被很多人格外看中:每天在厨房里做什么,怎么做才最有益身体?哪些食物能吃,哪些不能吃?很多人都会说得头头是道。对于某些人来说,吃饭变成了一件非常讲究,也非常让人操心的事。可是,真的有必要吗?

吃是人生一大享受

中国是一个饮食大国,中国人自古就个个都是美食家,并从吃中收获了无限的快乐。即使一个家常菜,只要用点心思,就能在红花绿叶之间闻到鸟语花香。同样的,一碗素面,也能渲染得香喷喷,青翠翠。

前不久到一位阿姨家去做客,看到老人厨房里有一个小巧的天平,问后得知这是用来每餐给食物称重的。在感叹老人的仔细外,觉得这样做不免有些累了。在提倡科学饮食的今天,大家对饮食营养有了进一步的认识,这是好事,应该提倡。但吃是人生的一种享受、一份快乐。在慵懒的倦怠中,在心境苍凉之时,一口暖胃的饭菜,也许我们会重新抖擞起精神,收拾好心情。总不能把吃饭弄得像吃药那样,一片不能多,一片不能少,再苦的药也得咽下去。吃饭不是吃药,否则就会变成精神负担了。

吃饭不必太教条

其实吃饭的事不必太教条,食物多种多样,个人的情况也千差万别,只要做到大概合理就行了。

什么叫大概合理呢?举个例子来说吧,我们常说要想饮食健康,就要保持膳食的平衡,但这并不是说哪一些食物能吃,哪一些食物不能吃。我们所吃的各种食物,都有它们的食用价值和营养价值。每个人都应根据自己身体的特点,以及生理上的变化来选择食物。在膳食方面,各个营养素都要很好保持。但也要注意,不要喜欢吃的东西天天吃,不喜欢吃的东西一点也不吃。对膳食营养平衡问题,我们应该采取“模糊”的观念,只要做到总体上的大概平衡就行了,没有必要斤斤计较和精确计算。这个含脂肪多少克,那个含热量多少卡,没有那个必要算来算去,算得自己什么也不敢吃。

只要把握大的原则就好

一些老人信奉吃东西越清淡越好,甚至说吃素能长寿。其实人身体健康的主要因素不在于吃荤还是吃素,而在于吃什么和吃多少,也就是人体所需的营养成分是不是全、是不是适量。老人因为牙口和消化能力减弱,在饮食上要比年轻人更为讲究一些,但也不必吃什么东西都讲究来讲究去,只要把握好大的方向和原则就好。

比如一些老人担心自己因为吃得过多引发肥胖,会患上富贵病,于是开始像美国人那样每顿饭都计算卡路里的卡路里,超过一点都不行。搞得自己不但很累心,吃饭时也基本没有心思去品尝食物的美味了。

再比如大家都说方便面和洋快餐是垃圾食品,老年人更是应该彻底与它们绝缘。其实没有根本不能吃的坏食物,也没有可以无限吃的好食物,关键是个量的掌握。不管中式快餐还是西式快餐,一般都达不到营养均衡的要求,如果把它当成主要的食物天天都吃,肯定是不对的。但是它方便省事,需要的时候偶尔吃一次也不会有什么影响。

饮食对健康的影响是个长期效应,也是多种食物的综合作用,不是一天、两天是否合理便能决定的,更不是一种、两种食物能决定,我们大可不必把自己的每顿饭都按照“配方”来吃,将吃饭弄成一种负担。只要把握好总体平衡,并且长期坚持就可以了,这样每个人就都能安排好自己的饮食,享受美好的生活。

(袁迪)

水果可丽饼



每周一菜

食材明细:低筋面粉100克,糖10克,鸡蛋3个,牛奶200克,黄油20克,黄桃适量,火龙果适量,腰果适量,酸奶1盒,盐适量。

制作步骤:1.低筋面粉过筛和糖混合,再将鸡蛋打入;2.加入牛奶混合,搅拌均匀;3.将黄油融化倒入,搅拌均匀,静置15分钟;4.锅烧热,锅底刷层薄薄的油;5.倒入混合好的鸡蛋液,转动锅,均匀铺满锅底;6.小火慢慢煎至定型,鸡蛋薄饼煎好后放在案板上;7.将一张鸡蛋薄饼放在盘中,中心铺满酸奶;8.再随意摆放自己喜欢的水果;9.将蛋饼的底部两边折叠摆放好;10.再撒上几颗腰果,配上牛奶,很不错的早餐。(春辉)

秋季煲汤怎样更养生

秋天喝汤对身体很有好处,滋润的汤水能够缓解秋燥,对于女性养生也颇有好处。但是很多流传下来的喝汤习俗,如老火汤更补身子、喝汤就要趁热喝等说法是否真的有利于身体健康呢?小编带你一探究竟,汤要怎么喝更养生?

汤煲得越久越好?

很多人觉得汤煲久了之后就能够把汤料的营养熬出来,所以“老火汤”在坊间一直被认为是补身子的好食物。但是在高温下长时间煲煮,食材当中许多营养素遭到破坏,时间越长,蛋白质变性越厉害,维生素被破坏得越多。老火汤仅含有极少量的蛋白质溶出物、糖分和矿物质,只能说比白开水多一点点营养。所以煲老火汤时间不宜过长,一般以2小时以内为宜。

如果要煲鱼汤的话,时间则要再缩短一些。鱼肉比较细嫩,煲汤时间不宜过长,所以只要汤烧到发白就可以了,再继续炖不但营养会被破坏,鱼肉也会变老、变粗,口味不佳。

如果在汤里放人参等滋补药材,煮的时间过久药材中的有益成分就会分解,失去补益价值,所以这种情况下,煲汤的最佳时间是40分钟。最后,如果汤里要放蔬菜,必须等汤煲好以后随放随吃,以减少维生素损失。

汤越浓越好?

猪骨、鸡肉、鸭肉等肉类食品经水煮后,能释放出肌肽、嘌呤碱和氨基酸等物质,这些总称为“含氮浸出物”。很显然,看上去越浓郁的汤,含氮浸出物越多,包括“嘌呤”等就越多,而长期摄入过多的“嘌呤”可导致高尿酸血症,后者是引起痛风的罪魁祸首。

所以,尽管浓郁的汤看上去更有营养更美味,但是为了身体着想还是要尽量少喝,特别是痛风或者糖尿病的患者。

汤越烫越好?

家里熬了汤,妈妈一般会叮嘱说要趁热喝。汤真的要趁热喝吗?其实人体的口腔、食道、胃黏膜最高能忍受的温度,在60摄氏度左右,超过此温度容易造成黏膜损伤。

如果经常喝滚烫的热汤,很容易损伤食道,也会增加罹患食道癌风险。所以建议等汤稍凉再喝汤,较健康。此外,除了滚烫的热汤,其他的热食也尽量少吃,可以等到凉一些比较好入口的时候再吃。(轩轩)



MICROPHONE KTV
麦克风量版KTV
MICROPHONE KTV
地址: 东方红大道明珠广场西侧亚兴博数码广场3、4、5层
订台电话: 0376-6318111 6318222