

食品添加剂的两大先天缺陷值得警惕

□ 邢东田(编审、中国社会科学院食品安全课题组成员)

时间检验不足与综合检验缺失,是现代食品添加剂的两大先天致命缺陷。这些“速成”于实验室的化学品,与人类历史上那些经过长期实践检验的传统添加剂相比,具有不确定性。同时,用化学食品添加剂“改善”出来的“色香味”,并非食物本身所具有,而是一种假象,往往掩盖食物原有的低劣甚至恶劣,存在安全隐患。

关于食品添加剂(主要是化学食品添加剂),争议很大。有观点认为,经过实验证明的合法添加剂,过量使用才有危害。但笔者认为,这种说法,至少回避了两个与是否“过量”完全无关的先天缺陷问题。

第一是时间检验不够。某种添加剂是否对人体有害,实验室数据只能是一个参考,远不足以证明其安全性。更重要的是,数十年甚至几代人的长期跟踪观察。尽管人类使用食品添加剂的历史已有几千年,但使用人工合成的化学添加剂,才一百多

年,大规模使用始于上世纪50年代(我国是90年代),才几十年。化学食品添加剂对人体的慢性危害包括遗传毒性,往往要经过相当长时间才能显露出来。

第二是综合检验缺失。目前全世界范围内,合法食品添加剂达数千种甚至更多,我国有2000多种,其中大多数为人工合成的化学品。我们每人每天摄入数十种甚至上百种添加剂,它们在人体内组合千变万化,到底会产生怎样“协同”与“拮抗”的作用?由于组合太多,且其过程异常复杂,以当前科技水平,无法先行实验,几乎没有这方面的实验数据。而极少数的少量组合实验,已发现食品添加剂有叠加毒性(据兰德尔·菲茨杰拉德《百年谎言:食物和药品如何损害你的健康》中译本,增尾清《食物有毒:躲不开的食品添加剂怎么吃最安全》中译本)。

时间检验不足与综合检验缺失,是现代食品添加剂的两大先天致命缺陷。这些“速成”于



实验室的化学品,与人类历史上经过长期实践检验的传统添加剂相比,具有不确定性。正因为如此,即便用于“防腐保鲜”,也必须受到极其严格的限制,能不用即不用,能少用就少用。但遗憾的是,我国食品添加剂定义“为改善食品品质和色、香、味以及为防腐、保鲜和加工工艺的需要而加入食品中的人工合成或

天然物质,包括营养强化剂”,“改善食品品质和色香味”不仅被当作重要内容,甚至将其放在“防腐保鲜和加工工艺”之前,至少在客观上表明前者更重要。

对这种“改善”,应该有清醒的认识。笔者认为,“改善色香味”,是以“改善”之名造假。追求“色香味”是人类饮食的天性,色香味反映了食物内在质量。

但用化学食品添加剂“改善”出来的“色香味”,并非食物本身所具有,而是一种假象,往往掩盖食物原有的低劣甚至恶劣,存在隐患。据业内专业人士披露,“中国食品业养活了上万家做香精的企业,大多食品靠香料,甚至动物饲料也靠香料”(据《高科技之魅》)。因此在笔者看来,“改善食品品质和色香味”,不应是食品添加剂题中应有之义。

当前,世界经济发展模式正孕育重大变革,向生态循环经济转型,已是大势所趋,国际社会上“回归自然,追求健康”的呼声越来越高,食品添加剂的研发开始转向以天然物为主。我国也提出要“鼓励和支持天然色素、植物提取物、天然防腐剂和抗氧化剂、功能性食品配料等行业的发展”,提出食品添加剂和配料工业的技术改造重点是“天然食品添加剂、天然香料、新型食品添加剂开发与生产新技术”。显然,食品添加剂研发与生产,应走生态天然之路。

【专家解读(之四十)】

“明矾瓜子”的科学解读

本期专家 范俊峰 北京林业大学生物科学与技术学院食品科学与工程专业副教授、食品科学博士

一、背景信息

近日,《江淮晨报》报道在市场上购买4份核桃味瓜子,经食品检测研究中心检验后,发现其中两份含明矾。并提醒称部分瓜子含明矾和滑石粉,长期多吃可能会影响到大脑神经。

二、专家解读

什么是明矾

明矾学名叫十二水硫酸铝钾,是食品行业普遍使用的膨松剂。专家介绍,如果在食品中添加过量明矾,会使人摄入大量的铝,铝大量积聚于骨骼内,容易使人患软骨病、骨质疏松,对大脑和肾脏也有损害,抑制胎儿的生长发育等。

因此,国家标准对食品中添加含铝添加剂有严格规定。明矾允许使用的品种包括豆类制品:面糊(如用于鱼和禽肉的挂面糊)、煎炸粉、油炸面制品、虾味片、焙烤食品、腌制水产品(仅限海蜇)、粉丝、粉条等,除了粉

丝、粉条中铝残留限量为 $\leq 200\text{mg/kg}$ 外,其他食品的铝残留限量均为 $\leq 100\text{mg/kg}$ 。

瓜子中为何要使用明矾

瓜子的核桃味、焦糖味与明矾并无关系,添加明矾是为了让瓜子不易受潮或变软,保持好的口感。无论是新瓜子还是放了一段时间的陈瓜子,加入明矾后,都会使瓜子变脆。

炒货市场有哪些常见的问题

瓜子、栗子、花生、松子、杏仁、腰果、榛子、开心果等坚果类炒货因富含不饱和脂肪酸、营养价值高,且味道醇香,赢得许多消费者的喜爱,是逢年过节首选的休闲食品。但屡被曝光的炒货“香精门”、黄曲霉素超标等问题,引发公众担忧。

如栗子是营养价值较高的淀粉类坚果,口感香甜。然而,媒体多次曝光“糖炒板栗猫腻”,无良商贩使用甜蜜素为栗子增甜,使用工业石蜡给栗子外壳增亮。经过此



番“美容”的板栗卖相出色。

三、专家建议

着色剂、滑石粉等都可能对瓜子的亮丽外表有着重要贡献,消费者不要对瓜子一味追求外表光滑发亮、颜色亮丽。瓜子表面本来就有自然的纹路,每颗瓜子都有不同程度的凹陷,异常滑腻的瓜子可能含有滑石粉。味道太浓郁的瓜子不要购买,此类瓜子可能超剂量甚至超范围使用了香精香料。对于多虫眼的瓜子也要谨慎,这些瓜子可能受到生物污染或因存储不当,而受到微生物污染。

消费者在日常购买炒货时,尽量购买原味炒货,相比各种新奇的口味,原味炒货更更容易判断其是否已经腐败变质。同时食用原味炒货,还可避免摄入过量的盐分、色素及添加剂。

标准不同 海淘的奶粉不一定更好

三聚氰胺事件已经过去多年,但笼罩在中国家长心头的阴霾仍未散去,国产奶粉的安全性得不到家长的信任,很多家长都将目光转移到国外的奶粉上。于是乎,中国妈妈展开了一股抢购国外奶粉的风潮,由此带动的产业链更是养活了一个庞大的代购群体。

2016年全面二孩政策的放开,我国将迎来新一轮的婴儿潮,海淘或代购奶粉又将迎来新一轮热潮,这甚至引起了一些人的担忧。在上个月,在国务院新闻办公室的新闻发布会上,就有香港的记者直接提出,港澳地区比较担心国家放宽二孩政策对港澳的医护和奶粉造成压力。

但一些学者认为,其实妈妈们对于奶粉的选择存在误区。海淘的奶粉是其他国家根据本国孩子的营养状况生产的,其目标人群不是中国的孩子。比如说美国的宝宝普遍不缺铁,因此奶粉当中的铁含量就低。但中国的孕妇贫血率发生率非常高,所以婴儿配方粉里面铁含量就要相对要高一点。铁含量两国之间的标准差了三倍。如果真的想买进口奶粉,建议在国内买正规渠道进口的奶粉,这种原装进口的奶粉是在国外生产,通过进口来到中国销售的,各项指标要符合中国国家标准,所以它的营养成分考虑到了中国宝宝的需要量。

中国儿童卫生保健疾病防治指导中心主任戴耀华教授也表示,对于海淘奶粉的问题要客观看待。即使在欧美国家,婴幼儿食品召回事件也时有发生。目前国内的婴幼儿营养品很多品牌也是全球采购原料的,对于质量标准,很多国际大品牌都是根据自己企业内部的标准全球一致的,同时也要符合中国的法规要求。

(人民网)