

猪油与植物油“混搭”或能抵抗肥胖

让猪油退出厨房来减肥不仅无效,而且可能更肥胖。湖南农业大学的一项最新前瞻性研究成果表明,中国人以猪油为基础油脂,与植物油搭配食用的传统饮食习惯,具有极显著抗肥胖功能。

英国时间10月31日,湖南农业大学教授文利新及其团队成员王吉、严思思等人的最新科

研成果《中国传统饮食习惯——猪油与植物油搭配食用的抗肥胖作用》在英国自然出版集团(Nature)旗下的《科学报告》(《Scientific Reports》)上发表。

研究人员以小鼠为模型,模拟人12年用油习惯,反复研究豆油、猪油、豆油+猪油的调和油等3种油脂对机体肥胖的影响,最终发现以猪油为基础油脂,与

植物油搭配食用的中国传统饮食习惯具有极显著的抗肥胖功能。“特别是豆油+猪油的调和油,体脂率降低了49%。从分子层面分析,吃豆油+猪油的调和油,不仅能减少脂肪细胞分化,减少脂质沉积,而且加速脂肪动员,极显著降低体脂率。”文利新说。

其抗肥胖机理,研究人员从分子层面给出了答案:我国居民

目前实际烹任用油量(42克/天),超量了1/3。吃豆油,会加速脂肪细胞的分化和脂质沉积,脂肪细胞体积增大从而引起肥胖;吃猪油,脂肪细胞的分化和脂质的分解能力都加强,体脂率有所增加,但脂肪细胞内的脂质含量相对较低,脂肪细胞体积没有显著变化;而吃豆油和猪油调和油,不仅减少脂肪细胞分化和

数量,减少脂质沉积,而且加速脂肪动员,显著降低体脂率。

文利新建议,烹调用油以每天25~30克为宜。同时,摄入油脂中,饱和脂肪酸、单不饱和脂肪酸、多不饱和脂肪酸三者比例以1:1:1为宜。该比例,只需将植物油和猪油各取15克的日用量即可。

(新华网)

研究发现,饮酒者共有四个类别

美国葡萄酒大师(Master of Wine)蒂姆·汉尼(Tim Hanni)认为,饮酒者对于葡萄酒的偏好是由其基因决定的,根据这一点,他把饮酒者分为了四个不同的类型:甜型(Sweet)、过敏型(Hypersensitive)、敏感型(Sensitive)以及忍耐型(Tolerant)。而除了基因,在汉尼的理论中,环境也是决定葡萄酒偏好的一大因素。同时,随着时间的推移和饮酒经验的积累,饮酒者的品味也会相应地发生改变。

其中,甜型饮酒者主要以女性居多,这类饮酒者通常会比较挑剔,并且偏好于酒体轻盈、风格精致的甜酒。而其它种类的葡萄酒对他们来说往往会显得酒精感过于突出或风味过于强劲。相较于甜型饮酒者,过敏型饮酒者则更乐意尝试不同风格的葡萄酒,不过他们的偏好仍然局限于风格纯净且入口感不是过于强烈的酒款。

而就敏感型饮酒者而言,汉尼认为他们的感官敏感性适中,因此在选择葡萄酒时也更为开放灵活,较强的适应力让他们能够享用大部分风格的葡萄酒。在汉尼的观点里,该类别囊括了大部分的饮酒者。最后,忍耐型饮酒者希望能在葡萄酒中感受到浓郁度和强劲风味,他们往往偏好于丰富且酒体饱满的葡萄酒,而不能理解为什么其他人会喜欢喝“风格柔弱”的葡萄酒。

最近,来自密歇根州立大学(Michigan State University)的研究人员就汉尼的理论做了一项测验,他们请来一组成年人,并事先调查好他们的饮食偏好和饮食模式。之后,这些参与者被要求对12张桌子上的不同食物及葡萄酒进行评分,一个是单独享用两者时的分数,一个是把两者搭配在一起时的分数。而研究结果显示,汉尼的理论是具有一定正确性的。因为根据参与者给出的饮食偏好和饮食模式,研究人员便可轻松推断出该参与者对于葡萄酒的偏好。

该研究表明,饮酒者的类型不同,他/她对于其它食物的偏好也会相应地有所不同。比如,甜型饮酒者通常会比较喜欢气泡饮料,而忍耐型饮酒者则享受着浓咖啡带来的强劲感觉。对于这一点,该研究的领头人——曾经当过厨师的卡尔·博克格雷温克(Carl Borchgrevink)说道:“起主导作用的其实是我们的味觉,而非别人在餐酒搭配上的固有观念。”

同样曾当过厨师的汉尼在1990年就成为了葡萄酒大师,是最早取得该称号的美国人之一。人称“风味专家(Flavor Maven)”的他坚信自己这一套饮酒者类型理论应当在侍酒师或零售商为顾客推荐葡萄酒时被广泛应用。目前,汉尼正在全球举办各种关于风味平衡、感官科学和烹调历史的讲座。

(编译/Gerard)

■ 科技信息

俄媒:海参提取物可杀死癌细胞

环球网讯 俄新社报道称,俄罗斯远东联邦大学日前发布消息称,来自俄罗斯科学院远东研究所以及德国和瑞士的研究人员们研究发现,从远东瓜参中提取的物质能够杀死癌细胞。

报道称,三萜皂苷类生物活性化合物Fronodoside A的药效在对已

知化疗药物产生耐药性的膀胱癌和淋巴癌细胞身上得到了验证……Fronodoside A能够杀死p53蛋白缺失的肿瘤细胞。研究人员们发现,瓜参提取物具有强大的功效,甚至可以杀死已对传统化疗药物产生耐药性的p53蛋白缺失细胞。

报道引述研究人员的话介绍

道,这是之前已知物质的新生物特性。此项研究使用人工培养的肿瘤细胞,还需在活体身上做进一步实验。

俄新社补充道,瓜参属于棘皮动物门海参纲,可食用,富含多种有益物质。在俄罗斯,瓜参主要生活在滨海边疆区和萨哈林一带。

英国新研究:

“白藜芦醇类似物”能让老化细胞“新生”

随着年龄增长,人体内的老化细胞会逐渐积累,正常的机能衰退,人因此变得易感疾病。英国一项新研究发现,红酒、黑巧克力、红葡萄和蓝莓中天然存在的一种物质能让老化细胞“新生”,恢复活性。

据新华社日前报道,这种化合物叫作“白藜芦醇类似物”。

英国埃克塞特大学和布莱顿大学的科研人员对体外培养细胞进行分子治疗时发现,白藜芦醇类似物能激活细胞内一种编码剪接因子的基因,让老化细胞重新获得年轻化特征。

重复实验显示,接受治疗几个

小时之内,原本无法生长和正常工作的老化细胞恢复活性,并进行分裂,细胞内因年龄增长而趋于变短的染色体端粒变长。

这一研究成果发表在英国医学委员会《细胞生物学》杂志上。

早前研究表明,剪接因子对确保基因发挥全部功能至关重要。当剪接因子处于活跃状态时,可以控制基因发出信号,决定细胞的行为。

人上了年纪后,剪接因子往往“失灵”或“罢工”,限制了细胞对环境的应变能力。

随着年龄增长,人体会累积老化细胞,老化细胞内剪接因子含量

更少,无法正确调节基因输出,抵御疾病。

绝大多数85岁以上的人都患过慢性疾病,并且年纪越大,患中风、心脏病和癌症的风险越高。

这项发现有望带来新的疗法,减少人类老年病。

负责研究的洛娜·哈里斯教授说:“数据表明,使用化学物质重新激活因年龄增长而失活的主要基因,有望帮助修复老化细胞的功能。”

她同时呼吁进一步研究,以实现这一方法在抑制老化反应方面的真正潜能。

(联合早报网)

■ 资讯

特色农产品社区行主题对接活动在京举办

本报讯 李华 为深入落实《北京市“十三五”时期都市型现代农业发展规划》和《农业部关于2017年农业品牌推进年工作的通知》精神以及蔡书记在市政府常务会上对本市贯彻中央一号文件提出的“北京农业要京味十足、农味十足”的要求,助力食品安全进社区,12月8日,由北京市农业局产销办指导,北京市优质农产品产销服务站主办的产业带特色农产品社区行主题对接活动在京举行。

据了解,本次农产品展销活动时间为12月8—27日,为期20天,是在社区食品安全车上举行。组建社区食品安全车,将优秀农产品企业入驻“社区食品安全车”,

同时在昌平区、丰台区、通州区、朝阳区等10个高端社区进行展销,通过社区食品安全车展销农产品,构建农产品社区终端的发展与成熟,打通优质农产品扎根市民家门口的渠道。

本次活动所参展的农产品以平谷、大兴、房山、顺义、通州、海淀粉等区域的特色农业企业、农业新型经营主体为主。推荐10家“北京农业好品牌”目录产品企业入驻“食品安全宣讲车”参与活动,并提供本地生产的蔬菜、水果、杂粮、蜂蜜、鸡蛋等20~30种品类进行展销。在展销的同时,食品安全车上进行播放各区特色风景及农产品展示图,给市民

们一场视觉与味觉的盛宴。其展销企业及产品为:百年栗园的鸡蛋卤蛋,古船米业的大米,归原生态的酸奶,德青源的鸡蛋卤蛋,绿富隆的蔬菜、杂粮、干货,大道农业的大米,军都山的苹果、聚源德的板栗,长子营的梨,金珠满江的搜菇等“京”味特色产品。展销期间还有试吃、同品类的菜买二送一、扫码送菜、抽奖等惠民服务。

此次活动通过搭建对接推介平台,促进农业合作与交流,推动农产品流通等,实现农社的精准对接,宣传北京市特色农产品品牌建设与发