

消费稳步扩大 中国经济主引擎持续发力

本报讯 陈溯 中国国家统计局20日公布,前三季度,中国社会消费品零售总额同比增长4.5%,最终消费支出对经济增长贡献率达53.5%,比上年全年提升9个百分点,继续发挥经济增长主引擎作用。

“面对诸多挑战和更加复杂的外部环境,中国经济顶住了压力,保持较快增长。内需尤其是消费,在稳定经济增长方面发挥了基础性作用。”中国国际经济交流中心秘书长张永军表示。

如其所言,今年以来中国消费市场规模稳步扩大,前三季度社会消费品零售总额同比增速比上年同期、上年全年分别加快1.2个、1.0个百分点,这得益于提振消费政策的持续显效。

今年,有关方面分四批向地方下达了3000亿元(人民币,下同)超长期特别国债资金支持消费品以旧换新加力扩围,以“真金白银”助力居民消费需求释放。

前三季度,以旧换新政策涉及的限额以上单位家用电器和音像器材类、文化办公用品类、家具类、通讯器材类商品零售额均保持两位数增长。截至9月10日,今年全国汽车以旧换新申请量已突破830万份,相当于每天有超3万人申请换新车。

在扩大服务消费系列政策措施带动下,中国服务消费需求亦加速释放,有力拉动消费市场增长。前三季度,服务零售额同比增长5.2%,增速比1—8月份加快0.1个百分点,高于同期商品零售额0.6个百分点。

此外,即时零售、直播带货、社交电商等新兴消费模式快速增长。前三季度,中国网上零售额同比增长9.8%,增速比1至8月份加快0.2个百分点,自5月份起增速持续加快。

国家统计局贸易外经统计司司长于建勋表示,进入三季度以来,实物商品网上零售额增速逐月加快,线上商品消费对社会消费品零售总额增长的拉动作用持续增强。

不过,在消费市场规模继续扩大的同时,也要看到,前三季度中国社会消费品零售总额增速不及经济整体增速,居民消费意愿仍有待提升。

其中,9月份社会消费品零售总额增长3.0%,受中秋节错月节假日减少等因素影响,增速比8月份回落0.4个百分点;扣除价格因素,社会消费品零售总额实际增长3.5%。

张永军表示,今年前三季度,中国投资同比下降,对消费带来一定影响。此外,面对不确定性增多的环境,居民储蓄倾向增强,消费倾向有所下降。

国家统计局住户调查司司长张毅表示,下一阶段要继续稳定和扩大居民就业,促进居民收入持续稳定增长,不断增强居民消费能力和消费意愿。

中国宏观经济研究院研究员张燕生认为,未来进一步扩大内需、释放消费潜力对中国经济至关重要。除了当前出台的一揽子提振消费政策以外,还需要更系统地思考更具全局性的举措,通过“松绑”“放开”“搞活”调动各方积极性,促进经济稳定增长,稳定居民消费信心和预期。

张永军亦指出,面对不确定性增多的外部环境,今年以来中国经济整体发展好于预期,因此“信心很重要”。未来进一步提振消费,要保持经济稳定增长态势,通过经济发展的实绩正确引导企业、居民预期。

科普传播

速冻饺子中含有亚硝酸胺 吃了会致癌?

这种说法过于武断且不符合实际。

首先,符合国家标准的速冻食品本身并不是致癌物。而经常被提到的亚硝酸胺虽然确实被列为致癌物,但它本身并不直接存在于食物中,而是食物中的亚硝酸盐与胺类物质在微生物作用或酸性环境下反应的结果。

但亚硝酸胺的问题并非速冻食品独有,很多日常食物如腌制品、烧烤食品、包括新鲜蔬菜中也可能存在亚硝酸盐,并在一定条件下产生亚硝酸胺。而事实上,对比前面说的这些食物,速冻食品亚硝酸胺的风险,可能反而是最小的,为什么这么说呢?

原来,通过减少食物中的亚硝酸盐含量,以及抑制亚硝酸胺的合成来降低风险。比如低温条件能抑制微生物生长繁殖,可以降低亚硝酸盐的积累,从而减少亚硝酸胺形成的机会。而速冻能迅速降温,最大限

度缩短了细菌活动时间,是控制亚硝酸胺风险的重要环节。

总之,按照现行标准,合格速冻产品中亚硝酸含量极低,因此正常饮食摄入不会增加癌症风险。此外,癌症的发生是多因素共同作用的结果,包括遗传因素、环境因素、生活习惯等等,并不会仅仅因为吃速冻饺子就“必然致癌”。

也正因为速冻食品风险很低,目前关于亚硝酸胺的研究,主要关注的都是诸如腌制、烟熏、加工肉制品等等,而非速冻食品,因此目前尚没有可靠证据支持“速冻食品会直接增加癌症风险”。

还有些朋友担心家中冰箱的存储条件会导致有害物质增加,其实家庭冰箱冷冻温度虽然不及工业速

冻条件,但只要保持低温、避免反复解冻和长时间存放,用来速冻食品仍然是安全的。因此,不必对包括速冻饺子在内的速冻食品抱有偏见,正规渠道购买的合格产品,只要保存得当,不会像网上流言那样增加患癌风险。

(科学辟谣)



鸡精味道那么鲜 吃了对身体有害?

鸡精是“鸡的精华”吗?

使用鸡精时应注意什么?

要回答这个问题,就不得不提到味精了。味精的主要成分是谷氨酸钠,谷氨酸是组成蛋白质的20种氨基酸之一,在很多天然食物中都存在。

其实,鸡精的主要原料之一也是谷氨酸钠,只是味精是单一的谷氨酸钠,而鸡精是一种复合调味料,鸡精中除了味精之外,还有淀粉、增味核苷酸、糖等。

与味精相比,鸡精的优势就是鲜味更复杂,口感更丰富,适合炖菜等。而味精的鲜味单一,适用于烹调鱼类或凉拌菜肴等。

所以,鸡精与味精之间并没有明显差别,鸡精也并非“鸡的精华”,其中的鸡源性成分很少。

鸡精对人体有害吗?

在现代食品工业中,通常以玉米等粮食为原料,通过发酵或生物工程制取,制成谷氨酸钠后,再进行提纯等处理得到味精。这个过程跟酒、醋、酱油的生产是类似的。

美国食品药品监督管理局(FDA)通过收集文献及实验数据得出了“在现在的使用量、使用方法下,长期食用味精对人体无害”的结论。我国也通过相应毒理学实验得出食用味精是安全的。

鸡精是厨房常用调料,光听“鸡精”这个名字,就会让人觉得和鸡有很大的渊源。

鸡精里面真的有“鸡”吗?

虽然老婆饼里没老婆,夫妻肺片里没夫妻,但鸡精里真的有“鸡”。

鸡精执行的标准是商业(行业标准)SB/T10371,其中对鸡精的定义是:以味精、食用盐、鸡肉/鸡骨的粉末或其浓缩抽提物、呈味核苷酸二钠及其他辅料为原料,添加或不添加香辛料和/或食用香料等增香剂经混合、干燥加工而成,具有鸡的鲜味和香味的复合调味料。

也就是说,根据行业标准,鸡精里需要含有一些“鸡”的成分。天津某节目曾对常见的18个鸡精品牌进行过检测,其中17个样品都检测出了鸡源性成分。未检测出鸡源性成分的1个样品名为“鸡味调味料”,所执行的是一个企业标准,并非鸡精的行业标准。

一是味精和鸡精都含一定量的“钠”,高钠饮食对健康不利的影响,所有需要限制钠的人群都应该控制味精或鸡精的摄入量。一般认为,菜肴中味精添加量为0.2%左右就可以产生足够的鲜味了,放太多会让人觉得口干。成年人每天摄入味精不超过1~2克为宜。另外,鸡精含有核苷酸,它的代谢产物是尿酸,对于痛风患者应控制鸡精的摄入。孕妇、婴幼儿、儿童不宜过多吃味精或鸡精。

二是味精/鸡精在常温下不易溶解,在70~90℃时溶解最好,鲜味最足,对炖、烧、煮、熬、蒸的菜,不宜过早放味精,要在将出锅时放入。

三是在含有碱性的原料中不宜使用味精,味精/鸡精遇碱会化合成谷氨酸二钠,会产生氨水臭味。

除此之外,还有其他增鲜方法推荐:干香菇增鲜。风干的香菇中含有大量的谷氨酸和天冬氨酸,这两种氨基酸具有强烈的鲜味。与此同时,干香菇粉还含有其他各种必需氨基酸,营养丰富。

虾皮、紫菜增鲜。干净的紫菜、海肠、干贝等也可以做成粉末做味精用,这样的自制粉末不但能起到增鲜提味的作用,而且还可以增加营养。

黄豆增鲜。由于黄豆有豆腥味,把黄豆放入锅中翻炒可去除腥味,晾凉后用搅拌机打成粉末,可用于烹饪肉类的食物中替代味精。

(人民网科普)