

# 食品安全消费提示：外卖鲜果切岂能总是开盲盒

色彩缤纷、摆盘精致、低糖高维C，省去了洗、削、切的麻烦，一盒仪式感拉满的鲜果切成为不少年轻人替代奶茶的能量补充新选择。然而在一键下单、即开即食的便捷体验之余，消费者也会遇到图文不符、水果变质等闹心事。不少消费者因此吐槽：外卖鲜果切岂能总是开盲盒。

## 调查：四成受访者担心遭遇开盲盒

鲜果切是将新鲜水果清洗、整理、去皮去核、切块，包装后出售的新型零售产品，因契合“便利+健康”的消费趋势而备受追捧。外卖平台数据显示，2025年果切相关搜索量同比增长超60%。一家全国连锁鲜果切头部品牌日均订单量达10万单，单日成交额峰值超320万元。

“除了咖啡和奶茶，鲜果切是公司年轻女孩下午茶的新选择。”4月7日，在河北省石家庄市长安区勒泰中心一家新媒体公司工作的00后女孩张雪告诉记者，她们公司女多男少，在下午茶选择上能快速达成一致的就是开盖即食的鲜果切。

勒泰中心商圈一家全国连锁品牌水果店的店长施先生称，从销售数据看，鲜果切消费群体中80%为女性，且以20岁至30岁的消费者为主。

与此同时，外卖平台上鲜果切图文不符、水果不新鲜、消费者吃完出现腹泻等情况始终是拉低消费体验的常见问题。4月6日，记者对每周购买鲜果切超4次的60位消费者发起的一次网络微调查显示，40%的受访者将“免洗免切”列为购买鲜果切的首要因素，其中愿意为节省时间支付溢价的年轻上班族占比最高；30%的受访者追求“一次吃到多种水果”，这类人群更注重口味多样化和社交属性，常将鲜果切作为下午茶或聚会分享食品。

从购买渠道和行为习惯来看，55%的

受访者注重配送便捷性，习惯购买已打包的盒装鲜果切；40%的受访者关注新鲜度，下单时会询问是否现切现送，主要是担心买鲜果切如同开盲盒，遇到图文不符、以次充好等问题。

## 解析：图文不符、卫生欠佳根源何在

新鲜果蔬有表皮保护，能有效防止微生物等细菌入侵，但鲜果切因切分处理会造成机械损伤，容易出现变色、变味、软化等问题，还会因微生物侵染导致变质，加之鲜果切为直接入口食品，本身具有一定安全风险。

科信食品与健康信息交流中心副主任、副研究员阮光锋表示，鲜果切的安全保障与风险点主要集中在清洗、加工、配送3个环节。

在清洗环节，如果商家图省事，省去用流动水和刷子清洗果皮的关键步骤，可能导致细菌和污染物通过刀具转移到果肉中，尤其是哈密瓜、西瓜等表皮较厚的水果。

在切配环节，主要安全隐患包括使用不洁刀具、砧板导致交叉污染，操作人员卫生不达标、操作不规范、生熟工具混用，以及在非专用环境中随意切配等问题。

在配送环节，温度失控和包装不当会导致细菌快速繁殖污染食品。尤其气温较高时，鲜果切若未全程冷链配送，2小时内就可能因微生物滋生而变质。若商家为应对订单高峰提前备餐，并在室温下长时间存放，果肉极易成为细菌繁殖的温床。骑手配送时间过长或保温箱清洁不到位，也会加剧食品安全风险。

微调查数据显示，10%的受访者对鲜果切店员的操作过程“不太放心”。在后续追访中，有3位受访者表示曾亲眼看到有店员用目测不洁净的抹布擦拭刀具。

与食品安全隐患同样饱受诟病的，还有图文不符带来的开盲盒式消费体验：鲜果切图片高端精美、品相诱人，实际收到的是掺杂不少质次价廉的边角料。调查中，20%的受访者表示曾遭遇过类似情况。

阮光锋分析认为，外卖鲜果切图文不符、如同开盲盒，表面上是商家虚假宣传，究其根源则是商家为抢占流量大打价格战，不断压缩鲜果切配成本，最终通过“降质”来维持盈利。

## 提醒：即食为佳 避免久放

阮光锋提醒消费者，购买鲜果切时要注意以下几个方面：

一要看资质，在外卖平台点击查看商家资质，查看营业执照与食品经营许可证，经营范围应包含“即食食用农产品”或“冷食类食品制售”。优先选择设有透明操作间（可提前线下现场查验）的品牌连锁店或大型超市，或选择外卖平台上支持查看后厨实时直播的品牌商户。

二要查标签，市场监管总局《食用农产品市场销售质量安全监督管理办法》（2023年12月1日起施行）规定，销售即食食用农产品应如实标明具体制作时间。因此，产品包装或页面应标明具体制作时间，而非仅有生产日期。

三要察外观，新鲜果切颜色鲜艳、果块饱满；若出现发蔫、渗水、褐变等情况，说明已氧化或存放过久。同时可靠近包装透气孔轻嗅，新鲜果切带有自然果香；若有闻到发酵味、酒味、馊味，则表明已变质，切勿食用。还应注意包装是否密封完好、有无破损或渗漏。

阮光锋建议消费者收到鲜果切后即食为佳，避免久放。切好的水果因细胞破裂，维生素C等抗氧化成分会加速氧化流

失，因此建议收到后2小时内食用完毕；若需暂存，务必用保鲜膜密封，放入冰箱冷藏（0至4摄氏度），且存放时间不超过12小时。

## 观点：标准与监管需联手补位

北京中医药大学卫生健康法治研究与创新转化中心主任、法学教授邓勇表示，目前规范鲜果切类商品的相关规则主要包括四个方面：一是市场监管总局2023年出台的《食用农产品市场销售质量安全监督管理办法》；二是2022年2月22日起正式实施的GB 31652—2021《食品安全国家标准 即食鲜切果蔬加工卫生规范》；三是中国连锁经营协会2022年发布的团体标准《即食鲜切果蔬制作服务规范（食品经营者）》；四是重庆市市场监管局发布的《重庆市地方标准 即食鲜切水果经营规范》（DB50/T1535—2023）等地方标准或管理规范。

梳理现有规范不难发现，我国鲜果切行业标准体系已初步建立，但在覆盖范围、强制性、实操性等方面仍存在短板，难以有效管住外卖平台这一销售“主阵地”：一是强制性不足，团体标准不具备强制约束力，商家主动遵守意愿低；二是国标难以覆盖外卖主战场，现制现售鲜果切环节缺乏强制性国家标准约束；三是关键指标缺失，未统一规定微生物限量、保质期、配送温湿度等核心要求；四是重线下、轻线上，对图文不符、虚假宣传等问题缺乏约束；五是配送环节冷链不到位、超时配送等极易造成微生物污染；六是违法成本低、消费者举证难，违规行为难以得到有效震慑。

要从根本上解决上述问题，需要监管部门、外卖平台、经营者三方协同发力。  
(李建)

北京市市场监管局：

## 春季过敏高发 收好“舌尖”防敏指南

春风执笔，点染出人间草木葱茏，却也悄然在风里散落细碎花粉与轻尘，让不少人难逃过敏困扰。除了外出做好必要防护，日常的饮食调理，也能为身体筑起一道温和而坚实的防线。

这份来自“舌尖”的防敏指南，从饮食入手，为您提供科学参考，陪您在一饭一蔬间，寻得与春天安然相伴的诗意。

一、友好型食物：日常轻补给，为抗敏加强防护

春季可适当多摄入富含维生素C、Omega-3脂肪酸等营养素的食物，帮助调节免疫状态，减轻过敏反应。

富含维生素C的果蔬：日常可多选择猕猴桃、甜椒、菜花等富含维生素C的果蔬，对缓解过敏不适具有一定帮助。

富含Omega-3脂肪酸的食物：三文鱼、沙丁鱼等深海鱼类，以及核桃等植物性食物富含Omega-3脂肪酸，适量摄入有助于减轻体内炎症反应。

药食同源食材：如蜂蜜、生姜、枣等可辅助增强呼吸道黏膜的自身防御能力，从而减少外部刺激引发的过敏反应。

二、警惕型食物：谨慎巧避开，降低致敏可能性

面对潜在致敏风险，学会“主动规避”比事后处理更重要，以下三类食物

尤需留心：

辛辣油腻食物：辣椒、花椒及油炸食品会刺激血管扩张、加重炎症反应，易让皮肤泛红、瘙痒加剧，敏感期间建议清淡饮食。

高组胺食物：如不新鲜的海鲜、发酵食品（奶酪、泡菜）、酒精等，这些食物本身含有较高组胺或易产生组胺，可能引发或加重过敏症状，体质敏感者应严格控制摄入量，优先选择新鲜食材。

光敏性食物：食用芹菜、香菜、苋菜等含有呋喃香豆素类光敏物质的蔬菜，易诱发日光性皮炎，致皮肤红肿、刺痛、脱皮等不适症状。春季日照逐渐增强，建议适量食用并注意做好防晒。

三、选购小贴士

1. 认准渠道

选择正规渠道购买，留意食材新鲜度，保留购物小

票等凭证，便于溯源核查，出现不适及时就医。

2. 细看标签

选购食品时要认准资质、细看标签，重点关注生产日期、保质期及配料表。建议过敏人群谨慎选择含坚果、乳制品、麸质等致敏成分的食品。

3. 警惕宣传

不相信“食品可治疗过敏”等虚假宣传，牢记食品不能替代药物，选购保健食品要认准“蓝帽子”，理性消费、科学选用。  
(北京市市场监管局)



## 科学食用香椿 安全品尝春味

冬去春来，椿树梢上冒出嫩芽，慢慢长出细叶。民间食用香椿历史悠久，为帮助消费者科学食用，特做如下消费提示。

一看是否新鲜。观察香椿的根部和茎叶。新鲜香椿根部饱满、无褶皱，茎叶挺拔且叶片有油亮的光泽。颜色暗黄或底部有老梗的香椿不够新鲜。

二闻是否清香。香椿具有明显而独特的清香气味，不要购买和食用霉腐、有异味的香椿。臭椿和香椿外观极为相似，但有一种怪异的臭味，不可购买和食用。

三查是否掉叶。新鲜香椿芽叶片牢固，不会轻易掉落。放置时间较长的香椿，拿起时叶片容易脱落。

短时间贮存可用保鲜袋装好放在冰箱4℃左右冷藏1-2天，食用前开水焯烫。

香椿中含有一定量的硝酸盐和亚硝酸盐，其中亚硝酸盐具有一定的毒性。刚采摘的香椿嫩芽亚硝酸盐含量低，可清洗干净后直接烹调食用。采摘后放置一段时间，香椿中的硝酸盐会逐渐转变为亚硝酸盐，过量食用有一定的食品安全风险。

消费者从市面上购买的香椿，建议先用开水焯烫1分钟左右，再烹调食用，以去除大部分硝酸盐和亚硝酸盐。如果食用腌制的香椿，最好腌制20天以后再食用，亚硝酸盐可降低到较低水平。

(中国食品科学技术学会)