

中秋已至,月饼消费进入高峰期。各式各样的月饼保质期与贮存条件各不相同,容易因存储不当导致变质。北京市市场监管局提醒广大消费者:科学选购月饼,合理存储食用,防范食品安全风险。

月饼选购有讲究 保质期贮存条件需留意

一是从正规渠道购买食品。选择证照齐全的商场、超市、食品专卖店、正规电商平台品牌官方旗舰店等渠道购买食品,食品安全更有保障。

二是仔细看准食品标签信息。查看生产日期、保质期,确认食品未过期,无模糊、篡改保存期等情况;核对配料表、生产厂家、厂址、食品生产许可证编号、贮存条件等信息,拒绝购买标签残缺、信息不全的“三无”月饼。

三是细致检查食品包装外观。食品外包装完整干净,无破损、漏气、胀袋、变形等情况;月饼外观形态完整、色泽均匀、花纹清晰,无油脂酸败、霉变生虫等情况。

四是核对食品储存环境。普通京式、广式、苏式常温月饼在干燥、避光、阴凉环境存放,避免高温暴晒、潮湿闷放;冰皮月饼、流心月饼一般0~5℃冷藏保存,选购时查看商家冷柜

是否正常运行,温度是否符合要求。

五是坚持按需理性购买。保质期短的月饼种类,要结合家庭人数、食用速度适量购买,在保质期内用完。

六是合理储存食用。购买后严格按照食品标签的条件储存,常温月饼密封避光存放,冷藏月饼及时放入冰箱低温保存;食用前再次检查,若

出现发霉、异味等问题,立即丢弃;开封后尽快食用完毕,不要长时间放置,防止油脂氧化、细菌滋生。

七是留存凭证、依法维权。在消费过程中,应及时保留消费凭证。当自身的合法权益受到侵害时,可先与商家沟通协商解决,也可拨打12345市民热线投诉举报。(北京市场监管微信公众号)



“真假八角”分不清? 选购正规更安全

“真八角必须正好有8个角,其他角数的都是有毒莽草冒充的。”这种说法以偏概全,存在误导。

真八角确实常有8个角,但植物果实本身的角数也会受到遗传、营养和生长环境等因素影响,所以真正的八角也可能有7~9个角,个别果实还可能更多。而八角近缘的有毒种,有些也以7~9个角的形态出现。所以不能单纯通过角的个数来判断。

大家购买八角时,应优先选择正规商超、正规品牌包装的产品。如果遇到无法确认的果实,最安全的做法就是直接扔掉。

八角到底有几个角?

俗称的八角,是八角茴香。属于木兰科八角属的植物。它的果实为聚合果,每一个所谓的角,就是一个独立的小果,聚合形成八角形。八角多数具有8个小果,因此得名八角。但8只是它最常见的形态,并不是判断物种的硬性标准。现实生活中,七角、九角,甚至角数更多的真八角都可能出现。因此角数不能单独作为鉴别依据,需要观察其他特征。

常被提到与真八角混淆的莽草,是一个使用较混乱的本草名,通常用于指代红毒茴,又名披针叶茴香。它同样属于八角属,是八角茴香的近缘有毒种。红毒茴的果实与八角十分相似,根据《中国植物志》记载,果实瓣数通常是10~14枚,很少有9枚。网上有一个论调,是说莽草的果实一看就很邪恶,不会和八角混淆。这种说法有一定道理,因为莽草的萼萼更为细长,且还有上翘的尖刺,对于认识的人来说,很容易识别出来。

莽草的果和叶也有强烈香气,可用于提炼芳香油,但果实有可引起神经系统中毒的成分,误食后可能出现

恶心、呕吐、腹痛、头晕、抽搐等症状,严重时还可危及生命。莽草虽然不可食用,但是观赏性很高,会被用于园林绿化及生态树种配置。莽草的盛花期多在3月,果期则在9—10月,多分布于长江中下游以南各省区的阴湿林中。因此,路边遇到类似八角的果实,千万不要摘,可能有剧毒。

除红毒茴外,中国本草中也将红茴香称为莽草,该种同样有毒。红茴香的果与可食用的八角茴香不同:它的果比较瘦小,外面的硬壳有时长短、大小不一,细端细长渐尖,有明显尖头。此外,果皮较薄,背面粗糙皱缩,香气也没有八角茴香那样香甜浓烈。

在云贵川等地,还有一种常见的野八角。果实的瓣通常为8~13枚,果、叶、花均有毒。

实际上,八角属中还有许多类似的近缘有毒种。除了用于批量栽培的八角茴香之外,其他野生种类的果实多含有毒素成分,食用可能导致死亡风险。

总而言之,可食用的八角茴香和有毒的野生八角果在外观上确实有差别。可以通过角数、果瓣形态、顶端形态、颜色和气味进行粗略辨别。

但需要注意的是,果实的成熟度、干燥方式、储存时间和破损程度,都可能改变颜色、气味及外形。而且对于一般人来说,这些特征也有些难以分辨,因此仅供参考。更不要听信网上流传的“咬一口发麻、发苦的就是毒八角”这种鉴别方式。如果已经怀疑有毒,不应该通过舔咬或吞咽可疑果实来试毒。“神农”都顶不住,更何况你我。

八角中可能会混入“毒八角”吗?

商家会不会故意用莽草等“毒八角”来冒充真的八角呢?

答案是:有混入“毒八角”的可能,但不能因此断言,市场上出现的多角八角都是商家掺假。

八角茴香与莽草以及其他有毒八角属植物外形相似,药材鉴别资料也长期将莽草列为八角茴香的常见混伪品之一。

通常,由正规渠道购买的八角茴香为批量种植的,和有毒八角混杂的情况出现可能性较低。但如果是从不明来源处购买的野生八角,则混淆风险较高。

混入的原因可能包括:野外误采、产地收购时误收,以及加工和运输环节误混杂等。也不排除个别经营者故意以非食用的近缘植物冒充八角的情况。但这并不证明这种情况在市场上普遍存在,也不能仅凭一颗八角角数较多,就认定商家售假。

为了降低风险,我们购买八角时,应优先选择正规商超、正规品牌包装的产品。尽量不要购买来源不明、碎屑特别多或已经磨成粉的散装产品。

更不要自行采摘野生“八角”食用,无论是在街边的绿化带,还是在山里遇到类似八角茴香的果实,都千万不要摘。更不要在路边随意购买所谓的“野八角”。

烹饪前可以查看是否混有明显瘦小、排列凌乱、尖端强烈上钩、气味异常的果实,尤其是购买来源不确定时,更要注意。但家庭观察只能用于发现可疑情况,不能完成可靠的物种鉴定。遇到无法确认的果实,最安全的做法就是直接扔掉。

如果食用后出现恶心、呕吐、头晕、肢体抽搐等异常症状,应立即停止食用并尽快就医,同时保留剩余香料、包装和食物样本,以便医生或有关部门判断。

(科学辟谣)

近日,一款长度达60厘米的“超长蛋挞”爆火出圈,这款被网友称为蛋挞界“巨无霸”的网红单品,在推出后迅速引起多家线下门店排队打卡。

据媒体报道,近日,湖北省武汉市东西湖区的一家食品工厂生产车间里,工人们正加紧赶制上千件超长蛋挞半成品,这些产品将发往全国各地的烘焙门店。

公司负责人陈先生表示,近日门店需求突然增多,多地都有订单,远至新疆也有大批量采购。目前产品正处于供不应求的状态。

陈先生介绍,这款爆品走红,核心并不在于口味颠覆,而在于强大的社交情绪价值。夸张的长条外形自带打卡属性,年轻人购买后拍照发布朋友圈和社交媒体,为线下门店带来免费流量。“一个人吃,和跟朋友一起分享着吃,感受是完全不一样的。”陈先生说。

有销售门店介绍,这款超长蛋挞长60厘米,售价16.8元,每人限购5个,到手后最好在两天之内吃完。由于部分门店供不应求,可能需要排队两三个小时,代购价涨到56.8元一个。

行业人员分析,“超长蛋挞”的走红,不是偶然。从“超长”到“巨型”,越来越多传统食品开始通过改变形态、放大体量,寻找新的注意力入口。

“超长蛋挞”也是“热量炸弹”?

有医院发文表示,“超长蛋挞”的酥皮和蛋挞液都属于高热量食物,特定人群要谨慎适量食用。

“超长蛋挞”按体积和常见配方粗略估算,差不多相当于6~8个普通蛋挞。普通蛋挞1个大约150~200千卡。一根“超长蛋挞”下去,热量可能轻松超过1000千卡,接近一顿甚至两顿饭。

“超长蛋挞”的酥皮原料采用了大量黄油、猪油或起酥油和脂肪混搭,蛋挞芯则由糖、淡奶油或全脂牛奶组成,糖油“混合”大脑的奖励感会更强,让人越吃越想吃。

这5类人建议适量食用

第一类:血糖控制不稳的糖友。一根下去,血糖可能坐过山车。血糖控制稳定的人,也要在医生或营养师指导下,算进总碳水里。

第二类:高血脂、脂肪肝、心血管疾病人群。酥皮里的饱和脂肪、挞芯里的糖,对这几类人都不友好。

第三类:胃肠功能弱的人。高脂食物会延迟胃排空,容易反酸、腹胀、拉肚子。

第四类:正在减重的人。一根可能抵掉你一天一半的热量额度。

第五类:痰湿体质的人。如果你平时舌苔厚腻、大便粘马桶、身体发沉,这根蛋挞就是“雪上加霜”。

此外,儿童也不建议多吃,容易养成嗜甜口味。实在馋,记住5句:

分着吃:买一根,切8块,一人一块。别空腹吃:先吃正餐,再吃甜点,血糖波动小一点,脾胃负担也小一点。

配无糖茶:陈皮普洱、山楂荷叶、无糖乌龙都可以。别配奶茶、可乐,那是“糖上加糖”。

当天减糖减油:吃了蛋挞,其他甜食、油炸、肥肉就少碰。

吃完动一动:散步20分钟,别马上躺。

(新华社微信公众号)

「超长蛋挞」爆火出圈 特定人群要谨慎适量食用