

远离地沟油先看菜谱

日前,公安部统一指挥浙江、山东、河南等地公安机关,首次破获了利用地沟油制售食用油的系列案件,地沟油再次成为了社会热点。

如今大家出门吃饭,真是需要慎之又慎之。专家提示,人们可以从颜色、包装、味道、一级黏稠度四个方面,来辨别菜的食用油质量优与劣。但是,饭店一般是不允许客人进入厨房的,客人也看不到所用的是哪种油。对于经常下馆子的百姓来说,如何辨识地沟油,让自己吃得放

心呢?对此,专家表示,外出用餐时可以按菜谱点菜,把地沟油对身体的伤害减少到最弱。

最容易使用地沟油的菜:扣肉、蒜香骨、牛仔骨、烧鹅、炒面及川菜、湘菜中红油水煮系列、油炸类食品(如炸鸡、汉堡)、烤鸭等。

比较安全的菜:所有蒸煮类菜式、鱼肉等相对安全,其中最安全的菜:蒸鱼、鱼汤、盐水青菜、清蒸河鲜、海鲜、煲汤类、酥类以及凉拌菜等。

(据《长沙晚报》)

●相关链接

六招简便辨别地沟油

目前地沟油的检测要由专业技术机构来做,对感官、水分含量、酸价、过氧化值、碘值、金属污染、电导率和钠离子含量等进行测定。而对于个人来说,有以下六种识别方法:

看颜色。主要看油的透明度、色泽。未精炼的地沟油色泽暗淡混浊,略显暗红色。

闻气味。如果地沟油的加工工艺较低级,可以闻到酸腐气味。

尝味道。地沟油会发酸,

有哈喇味,还可能有焦味。

测水量。地沟油的水分含量一般超标。可取油层底部的油一两滴,涂在易燃的纸片上,点燃并听其响声。燃烧正常无响声的是合格油;燃烧不正常且发出“吱吱”声音的,水

分超标,就很可能是不合格的油。

查渠道。向销售商询问并确认食用油的进货渠道。

问价格。食用油有一定成本,如果油的价格太低,就很可能有问题。

(据新华社)

关注营养健康

长寿花金胚玉米油引领健康潮流

随着国民经济的发展,人们的营养健康消费观念逐步增强,食用油的营养、健康和安全已成为人们关注的焦点。在目前市场上所销售的各类食用油中,玉米油因富含不饱和脂肪酸和维生素E等多种对人体有益的成分,被世界卫生组织第113次会议推荐为最佳食用油,在国际享有“健康油、放心油、长寿油”等美称,并成为我国目前烹调市场上的新贵品种。

长寿花金胚玉米油 营养健康油源头把关 质量安全

作为玉米油行业全国领先企业的山东三星玉米产业科技有限公司,1998年在国内率先进行玉米油的研发与生产,全国玉米主产区共建立5个大型加工基地。目前,该公司已具有年加工玉米胚芽100万吨,生产玉米油35万吨,小包装25万吨的生产能力,成为全国规模最大的专业生产和出口玉米油的企业。长寿花金胚玉米油均100%选自优质纯天然、非转基因玉米胚芽,原料有保证,品质更安全。从源头把关,建立专业的玉米油原料基地,优良的工艺,全科技压榨产业链,全力保证了长寿花玉米油的营养健康和安全。

植物甾醇等有益成分保留更高

长寿花金胚玉米油营养丰富,富含多种不饱和脂肪酸、植物甾醇、维生素E等健康有益成分。其中不饱和脂肪酸(主要为亚油酸和油酸、亚麻酸),含量达86%,其中亚油酸占油脂总量的50%以上。亚油酸,是人体自身不能合成的必需脂肪酸,他具有降低人体胆固醇、降血压、软化血管、增加人体肌肉和心脏、心血管系统的机能,预防和改善动脉硬化,减少心脑血管疾病的发生等作用。长寿花金胚玉米油运用独特工业,使植物甾醇的保留含量达8000PPM(每100克0.8克),是目前纯玉米油中植物甾醇含量最高的。植物甾醇能够抑制人体对胆固醇的吸收,促进胆固醇的降解代谢,有利于心脑血管的健康。

维生素E含量是其他食品平均水平的1.5倍

从植物油中摄入,是我国居民维生素E的首要来源。长寿花金胚玉米油天然富含维生素E,每100克中含维生素E70多毫克,维生素的主要指标α-生育酚当量达到21毫克水平,其含量是国家食品营养素含量平均水平的1.5倍以上。

维生素E是天然的抗氧化剂,能提供人体的免疫水平,延缓细胞衰老,增强活力,保持青春容姿。

长寿花通过保健食品认证

植物甾醇功效成分获国家认可

笔者获悉,山东三星玉米产业科技有限公司的长寿花植物甾醇保健玉米油(国食健字G20100707)正是凭借其优异的品质及“营养与健康”双功能,成为国内食用油行业首个经国家食品药品监督管理局批准,具有辅助降血脂功效的保健食用油。其主要功效成份就是玉米油的标志性营养成份植物甾醇(β -谷甾醇)。

长寿花植物甾醇玉米油成功通过保健功能人体实验,效果较为显著,从试食前后的对照来看,仅用30天的时间受试者的血清总胆固醇的下降率为17.08%,甘油三酯下降率17.51%。受试者的血常规、尿常规、肝、肾等检验指标均正常,且无过敏及其他不良反应。说明长寿花植物甾醇玉米油辅助降血脂的效果良好,保健功效安全可靠。

据介绍,植物甾(zai)醇,是植物脂肪中所含的与胆固醇结构十分相似的一些甾醇类物质。其主要作用,抑制人体对胆固醇的吸收,促进胆固醇的降解代谢。

植物甾醇化学结构类似胆固醇,因此在人体消化过程中,植物甾醇能取代胆固醇在人体肠道脂肪微团中的位置,降低胆固醇在人体肠道中的吸收,增加胆固醇的排泄。

自1995年以来,大量国内外的文献对植物甾醇(Phytosterols)的健康作用就进行报道,其中降低血液胆固醇和防治前列腺疾病的功能已经引起了广泛关注并在实际中得到应用。目前,在澳大利亚、欧洲和我们中国作为一种有益的食品新资源,都是可以被添加到食品当中去的。



购买食用油

要通过正规渠道

近日,随着警方查处万吨地沟油事件的曝光,地沟油再次成为社会各界关注的焦点。如何购买到优质健康的食用油也成为消费者最为关心的话题。

对此,鲁花花生油有关负责人介绍,鉴别油品真假不应该单纯地根据生产日期是喷墨打印,还是激光打印来区分;也不能单纯地根据某年某月某日,几点几分几秒生产的来判定,因为每个厂家的鉴别方式不尽相同。鲁花方面表示,只要是在大型商场超市等正规渠道购买的鲁花花生油,都不会是假油。

同时,鲁花建议市民,购买食用油时不能只图价格便宜。购买时,最好购买压榨油,因为压榨油香味浓、易辨别;而地沟油是精炼油,无色无味,不易辨别。

2011健康食用油品牌调查问卷

三、奖品设置:

活动主办方将设置幸运读者30名,幸运读者通过随机抽取产生,分别奖励价值一千元奖品。

四、调查问卷内容:

(一)投票人资料

姓名:_____性别:_____
年龄:_____学历:_____
居住地:_____月收入:_____
联系电话:_____

(二)行业调查(可多选)

基本调查:

第1题:您或您的家人平时购买哪种食用油?

花生油 调和油 大豆油
玉米油 葵花油 橄榄油
菜籽油 其他

第2题:在购买食用油的时候,相比之下您会更注重下列哪种因素?

产品的品牌、知名度
产品的香味、口味
产品的功效、特性
产品的价格、包装 其他

第3题:关于食用油每日的用量,下列哪项描述与您的情况更接近?

没什么概念,做菜的时候想用多少用多少 每天的摄入量是固定的,做菜尽量不太油腻 平时以素食为主,油的食用量也较少 其他

第4题:您或您的家人是否会注意每隔段时间便选购不同种类的食用油?

是,食用油不能只盯着一种吃

否,没考虑过这个问题

第5题:您个人认为哪种油营养价值更高?

橄榄油 花生油 大豆油
调和油 玉米油 菜籽油
葵花油 其他

第6题:下列哪个因素会促使您购买食用油?

商家广告宣传 商店促销活动 朋友介绍 自己的食用习惯

第7题:在购买食用油的时候,您更喜欢选择哪种容量的包装?

1升以下 2.5升
2.5-4升 4-5升

第8题:您通常购买食用油的价格是多少(4升装)?

40元以下 40-50元
50-60元 60-70元
70-80元 80元以上

第9题:您平时食用油的采购地点是?

大型超市 小型超市
便利店 粮油店

第10题:选择油品时,您会更考虑自身或家人哪种健康?

肥胖 心脑血管疾病 营养均衡 长期食用无安全隐患
对孕妇好 对小孩好
其他

第11题:您是否知道在购买食用油的时候要根据自己的体质特点进行选择?

是的,知道自己更适合吃哪种油 否,不知道自己的体质更适合哪种油

第12题:对于“食用油”您更想了解哪方面的内容?

购买时如何选择食用油、如何鉴别油的真伪优劣

不同种类的食用油的区别在哪里 哪种油更健康、更

有营养 如何选购适合自己的食用油 其他

第3题:在选购食用油的时候,您认为下列哪个鉴别方法不正确?

味道越香越好 透明度越高越好 颜色越浅越好 沉淀物越少越好 其他

第4题:您是否使用过以下几种方法辨别食用油?

看颜色:豆油和麻油是深黄色;菜籽油呈金黄色,或黄中带绿;如果油的颜色发深或发黑,则说明油的精炼程度不够,油的质量不高

透明度:优质油的透明度高,清亮无杂质,无悬浮物;反之则是劣质油。

闻气味:不同的植物油有不同的气味,但都无异味。变质油常常会产生难闻的怪味,如油哈味、臭味或其它异味。

品滋味:优质油入口有浓郁的香味;劣质油入口有苦、涩、辣、焦臭或酸味。

第5题:对于食用油的储存下列描述您认为哪个不正确?

怕接触空气 怕阳光
怕进水 怕低温 其他

第6题:您更关注食用油的哪些营养成分?

饱和脂肪酸的含量 不饱和脂肪酸的含量 单不饱和脂肪酸的含量 多饱和脂肪酸的含量 必需脂肪酸的含量

维生素E的含量 植物甾醇的含量 胆固醇的含量

第7题:您认为哪些因素会影响健康用油?

非转基因的原料 食用油的品种 标签上的质量等级 油的外观 油的味道 油的包装

不添加人工抗氧化剂

第8题:您会留意产品标签上

的哪些信息?

营养成分 加工工艺 保质期 认证标志 质量等级
文字说明 无添加剂成分 生产厂家 生产地

第9题:如果要考虑制作工艺,压榨和浸出两种您会选择哪种?

压榨油 浸出油 不了解两者优劣 无所谓哪种

第10题:您知道中国居民膳食指南中要求每天吃油不能超过25~30克吗?

知道 不知道

问题调查:

1.您在消费食用油过程中遇到过哪些不满意的问题?

2.针对这些情况,您是如何处理的?

3.您认为目前食用油行业还有哪些需要改进的地方?

(三)品牌调查

请选择您最信赖的食用油品牌。(品牌按首字母音序排列)

花生油类:

101长生 102淳金 103第一坊 104福临门 105胡姬花 106金龙鱼 107乐福 108乐口福 109龙大 112盛洲 113天下五谷 114喜香汇 115喜燕 116美食客

橄榄油类:

601长生 602长寿花 603多力 604福临门 605金龙鱼 606龙大 607鲁花 608欧蕾 609欧丽薇兰 610品利 611亿芭利 612元宝

其他类:

701厨珍芝麻油 702崔字牌芝麻油 703道道全茶油 704第一坊花生胚芽油 705福临门菜籽油 706海天芝麻油 707金浩茶油 708金龙鱼菜籽油 709太太乐芝麻油

活动咨询电话:0531-85196381

一、投票方式: