



大闸蟹用抗生素浸泡防病、糖炒栗子被加石蜡…… 这些网上流传的说法靠谱吗?

玉米飘须,谷梁垂首。丰收的秋季,大闸蟹、板栗等美食陆续出现在各家各户的餐桌上。与此同时,不少有关食品的流言也开始冒头——大闸蟹用抗生素浸泡防病、刚宰杀的猪牛羊的肉最可口、糖炒栗子被加了石蜡、吃空心菜会抽筋……这些不靠谱的言论在网上被大肆传播。

近日,科技日报对10月谣言逐一进行盘点,帮您拨开迷雾、寻找真相。

大闸蟹用抗生素浸泡防病? 真相:用抗生素反不利螃蟹生长

每年在大闸蟹上市的时候,与其相关的流言便会“重出江湖”。在众多“老谣”中,“大闸蟹用抗生素浸泡防病”这个谣言最让消费者担心,生怕吃到“抗生素大闸蟹”,影响身体健康。

不过,这个谣言在天津农学院水产学院教授张树林看来毫无科学根据。

“老百姓所说的大闸蟹就是中华绒螯蟹,大闸蟹病害需以防为主,防治结合。如果为了预防疾病,把抗生素撒到水里,就有点像给水中的有害细菌打预防针,有可能让有害细菌对抗生素产生免疫力,从而产生耐药性。”张树林进一步说,一旦有害细菌有了耐药性,等到细菌让大闸蟹生病时,再去给大闸蟹喂抗生素,药效就会大打折扣,极大增加了后续治疗的难度。同时广谱抗生素不仅能杀灭有害菌,也会杀灭有益菌,破坏水环境的生态平衡,反而不利于大闸蟹的正常生长。

“目前国家对水产养殖用投入品使用管理非常严格,农业农村部发布了《关于加强水产养殖用投入品监管的通知》,加快推进白名单制度的建立。”张树林强调,如果大闸蟹生病,可以使用白名单内的药物定量拌入饵料进行治疗,但白名单以外的投入品是被严格禁止使用的。地方农业农村(渔业)部门一旦发现违规使用情况,会依法进行查处,涉嫌犯罪的会移交司法部门追究刑事责任。

那么,如何帮助大闸蟹预防各种疾病呢?

张树林介绍,首先养殖大闸蟹前就要

选择通过现代生物技术选育优良的抗病品种。同时,还要通过种植水草及使用土著微生物制剂来净化水质,改善池塘生态环境,阻断病菌传播的途径。

刚宰杀的猪牛羊的肉最可口? 真相:含大量乳酸影响口感

秋季贴秋膘,各种肉类少不了。在很多人的认知里,刚宰杀的猪、牛、羊的肉最鲜嫩美味。

对此,天津科技大学食品科学与工程学院教授王浩在接受采访时表示,猪、牛、羊被屠宰后,它们体内正常的新陈代谢和血氧供应随即停止,肌肉中贮存的糖原会被降解成大量乳酸,乳酸会使肌球蛋白凝固,引起肌肉收缩,让肉变得僵硬。

牛在被屠宰后2.5小时,其肉会出现僵硬,羊、猪则在被屠宰后1小时,肉变僵硬。处在僵直期的肉类不适合加工,这类肉硬度大、汁液流失多、不易被煮熟。

因此,猪、牛、羊在被屠宰后,最好先将它们的肉进行排酸。猪肉需在零下5摄氏度的环境中,经过24至36小时的悬挂排酸;牛、羊肉则需在2摄氏度的环境中被放置1至2天进行排酸。此外,这些肉在排酸过程中会产生一种酶。

“经过排酸的肉,在营养、口感上更佳。”王浩解释,首先在营养方面,排酸肉在酶的作用下,蛋白质被分解成氨基酸,更容易被人体吸收。其次在口感上,经过排酸后,肌肉和结缔组织由僵硬变松弛,肉更易熟烂、更易入味。

此外,排酸肉中大多数微生物的生长繁殖受到抑制,肉毒梭菌和金黄色葡萄球菌等有害菌的数量大幅减少。同时,排酸肉表面还会形成一层干膜,可以阻止外界微生物入侵,从而提高肉的耐贮藏性。

糖炒栗子被加了石蜡? 真相:国家严禁此类添加行为

俗语云:“七月杨桃八月楂,十月板栗笑哈哈。”每年到了吃栗子的季节,“糖炒栗子被加了石蜡”的话题就要被翻出来,

重新上几天热搜。

对此王浩表示,在栗子炒制过程中是不允许添加石蜡的。

作为一种矿物油,石蜡是原油经分馏得到的混合物。石蜡又分为工业级和食品级。根据《食品安全国家标准 食品添加剂使用标准》(GB 2760—2014)要求,食品级石蜡只能作为加工助剂使用。“按照国家规定,只有在不得不使用时,才能在食品生产过程中使用食品级石蜡。石蜡的功能为脱模剂,使用的范围为糖果、焙烤食品。而炒制板栗并非一定要使用它,因此在栗子炒制的过程中不允许添加。”王浩解释道。

在制作糖炒栗子时,加入石蜡会使栗子颜色更鲜亮,从而吸引消费者购买。因此过去曾有商家在栗子炒制中违规添加石蜡,甚至是工业级石蜡。这种石蜡含杂质较多,其中还含有强致癌物——多环芳烃,对于人体脑神经和肝脏器官等易造成损伤。如今,在国家有关部门的监督下,这类违规添加行为已经很少了。

“栗子炒制过程中添加石蜡,实属不当。不过,消费者也不必过于紧张。石蜡只会包裹在栗子皮上,在食用栗子时我们都会剥皮。如果不是食用量巨大,被人体摄入的石蜡微乎其微。”王浩建议,消费者在选购糖炒栗子时不要太过追求“颜值”,同时不要买摸起来过于光滑的栗子。

吃空心菜会抽筋? 真相:该说法没有科学依据

空心菜是一种常见的蔬菜,营养价值非常高。但上个月空心菜在网上被一些人冠以“抽筋菜”的名称,有网友称“吃空心菜会抽筋”,不少人对此深信不疑。

对此,王浩表示,目前没有科学证据表明空心菜与抽筋有关。

抽筋是肌肉痉挛的俗称。一般来说,人体抽筋是由于肌肉突然无法自主控制地收缩而导致的,通常与运动过度和人体内电解质不平衡等因素有关。

引起抽筋的原因有很多,但之所以传出吃空心菜会导致抽筋,主要源于空心菜中草酸含量较高。草酸在与钙结合后,会形成草酸钙,影响钙吸收。草酸钙浓度高,血液中钙离子含量就会降低。当血液中钙离子含量过低,就容易导致肌肉兴奋度升高,稍微受刺激就会出现肌肉痉挛。

“对于一般人来说,当血液中的钙离子含量过少时,骨骼内的钙元素就会补上,因此基本上不会出现钙离子含量过少的情况。”王浩解释道。

不只空心菜,很多蔬菜中的草酸含量都比较高,比如菠菜、芹菜、甘蓝等。

“在烹饪空心菜等草酸比较高的蔬菜时,最好先焯水,这个操作可以除去95%以上的草酸。与此同时,我们日常要做到平衡膳食,在食用富含草酸的蔬菜时,可以搭配一些高钙食物。”王浩建议。

(据科技日报)

