

吃了多年的水果“味”月饼可能是“冬瓜馅”

还有一个多月就到中秋了,月饼是中秋时节家家户户必备佳品,很多人已迫不及待地开始买月饼。但近日网上开始流传的“所有水果月饼全是冬瓜做的”说法,让很多人感到十分疑惑……

这究竟是怎么回事呢?有媒体近日深入月饼生产厂家进行了揭秘:月饼馅料中果肉含量超过25%才能叫水果月饼,低于此标准则为水果味月饼,而市面上的水果味月饼,多是“冬蓉+食用香精”制成,而有的莲蓉月饼也可能是“豆蓉”。 ■ 华西



冬瓜制成的“香橙馅”贵25元钱。

水果味月饼可能是“冬瓜馅”

有媒体走访发现,在四川成都一超市,销售的大部分月饼的包装上都标有详细的馅料成分,水果味月饼主要配料几乎都是冬瓜蓉,有的包装上甚至明确写着“荔枝味冬瓜蓉月饼”。成都市面上销售的带水果字样的月饼,几乎都是用冬瓜做主要馅料,仅一家蛋糕店销售的“紫薯草莓流心月饼”配料表写明是紫薯、芸豆和鲜草莓。

“我吃过不少水果味的月饼,确实口感都差不多。”刘女士说自己选月饼主要还是看价格和口味,从来没想过水果味月饼里原来并没有水果。

选择冬瓜是因“纤维多”

不仅仅是水果味月饼,就连云腿月饼、五仁月饼和鲜花月饼等,很多口味的月饼配料中也有冬瓜成分。

“之所以选择冬蓉做基料,主要是冬瓜纤维含量高,做出来的月饼口感比较好。”成都某月饼生产商负责人介绍,月饼馅料中果肉含量超过25%才能叫水果月饼,低于此标准则为水果味月饼,而市面上的水果味月饼,确实都是“冬蓉+食用香精”制成。

“考虑到水果保质期较短以及工业化生产要求,水果月饼也不一定都是用新鲜水果制成。”该负责人说,例如制作水蜜桃月饼的时候,可能这段时间水蜜桃已经过季了,就会直接用水果干做月饼馅料。

在一专门销售月饼馅料的网店中,配料中含有果肉的5公斤装“果肉香橙馅”比纯

水果月饼有标准:须含果肉超25%

月饼是有严格的国家标准的,只有果肉含量超过25%才能叫“水果月饼”,这其中的25%果肉也可以是水果干。某月饼厂品控主管介绍说:“莲蓉月饼也一样,规定莲子含量应该在60%以上。”一些规模较小的厂家出于成本考虑,可能会用豆类制品混着莲子制作莲蓉月饼。“莲蓉现在价格大概3万元1吨,豆蓉价格在几千至1万元1吨。价格相差不少,口感上差距也比较大。”

除了以上提到的几种月饼馅料外,2015年发布月饼新标准还明确规定,以核桃仁、杏仁、橄榄仁、瓜子仁等果仁为主要原料加工而成的月饼,馅料中果仁含量应不低于20%;栗蓉类月饼除油、糖外的馅料原料中,板栗含量应不低于60%。

电商月饼配料表显示不全

有媒体发现,超市销售的大多月饼的包装上,都详细标注了配料种类和主要配料占比,而电商平台上销售的月饼在这方面,有所欠缺。

在一电商平台搜索关键词“水果月饼”,首页弹出了一家销售“高档广式水果月饼”的店铺,该产品页面显示的配料表中,的确写有“高级水果蓉”,但并未标明果肉具体含量。而另一家销售“水果馅迷你月饼”的店铺,点进去却看不到任何产品配料的信息。该网店老板表示,这个确实是水果味月饼,现在的馅料基本没有果肉,因为保存不了太久。

瞬间干净

一把大米一壶茶给肠道“洗个澡”

当你腹胀、便秘、长痘痘时,是否首先想到给肠道“洗个澡”?“肠道排毒”的概念深入人心,但选错了方法会让肠道更劳累。吃什么能“刮肠”?清肠排毒最好的办法其实是通过食物。

一把大米来清肠

取一把大米,兑5碗水,用高压锅煮两个小时。米粒全部融化在汤粥里,很稀薄的一碗,一日三餐,每次不多喝,一碗半左右的粥水,偶尔配点水果吃吃,这样肠胃休息了一天,觉得浑身都很轻松。

这个方法一个月用一次够了,用多了,会引起营养不良,影响身体健康。吃流质的那天尽量把生活安排得轻松平和点,千万不要做剧烈的无氧运动,否则摄入量小于消耗量容易诱发低血糖。当然,有低血糖、贫血、低血压的人最好不要用这个方法。

这些清肠食物可以经常吃

肠道养颜液:蜂蜜,含有氨基酸、维生素,可促进身体良性循环。建议常喝蜂蜜水,既润肠又美容。

肠蠕动加速器:海带,呈碱性,有助于润肠通便。最佳吃法是清蒸,这样不会破坏矿物质,还可以有效地增加肠蠕动。

肠强健催化剂:花生,入脾经,有养胃醒脾、滑肠润燥的作用。每日吃5~6粒花生,就能强健肠道。用水煮花生,营养不会被破坏,也容易吸收。

写给自己 累了读一读

1. 跌倒了,爬起来。人生道路一定要怀揣着美丽的信仰,尽管脚下都是荆棘,也要不畏风雨。微笑露出来,信心找回来。从黑暗走向光明,这是每个人都要学会的成长。

2. 与其埋怨世界,不如改变自己。生活没那么难,快乐可以很简单。管住自己的心,做自己想做的事,拥抱无限可能的未来。

3. 别太在乎别人。不想做的事情可以拒绝,不想见的人可以不见,做不到的事别勉强自己,委曲求全不会给你带来任何快乐。

4. 过去的就让它过去。不要让过去折磨现在的自己,不把你放在心上的人,离开吧;不值得的人,远离吧!

5. 一个人,没什么不行的。一个人要坚强地面对所有,不给朋友添麻烦,不让家人再操心。不管前方的路多难受,都要带着微笑,把委屈和泪水往肚里咽。

6. 生活,顺其自然,老天自有安排。把悲伤留给昨天,把希望留给明天,任何事总能找到答案的,与其烦恼,不如顺其自然。

7. 不要逢人就掏心掏肺。爱你的人,用心珍惜;不爱你的人,不必掏心。爱自己,才会有更好的人来爱你。

8. 常怀一颗善心,才能得到人心。做人一定要善良,不欺骗、不算计,为他人着想,别人也会对你感激。

做新闻背后的新闻

知天下 / 赢财富 / 懂生活

新闻热线: 2620110 广告热线: 2815807
 订报热线: 7136993 微博: weibo.com/scxb
 安徽财经网: www.ahcaijing.com