

## 海参不会加重痛风

痛风, 可谓是与海鲜最无缘的疾病。事实上, 并非所有的海鲜都不能沾, 海蜇、海参等海产品嘌呤含量低, 痛风患者是可以适量食用的, 关键是做好日常饮食管理。

专家表示, 海鲜应该一分为二看, 像海鱼、沙丁鱼、带鱼等嘌呤含量最高, 应该禁吃; 贝类、蛤类、海蟹等含嘌呤量其次, 海参、海蜇是海鲜里面嘌呤含量最低的。而各种动物内脏, 如肠子、肚子、心、肝、肺等基本上跟海鲜里面的虾等嘌呤含量差不多。



食为先

齐鲁晚报

今日潍坊

D04

2013年12月2日 星期一

编辑: 马媛媛

美编 组版: 刘杨

# 海参直销节 四折抢购好海参

本报记者

进入冬季以来, 天气逐渐变冷, 而跟天气正相反, 海参市场正渐入旺季, 购买海参的市民逐渐多了起来。记者探访海参市场发现, 淡干海参依然是市场主角, 很多市民虽然知道海参营养价值高, 但是对于如何选购海参却不是十分了解。本报社与大连知名海参企业联合举办海参直销节, 以市场价四折的价格销售正宗大连淡干海参, 最低价2680元一斤。抢购热线18663676778。



## 糖干海参 选择需谨慎



记者了解到, 在海参市场上, 有一种另类海参产品逐渐充斥市场, 这就是被很多人熟知的“糖淡干海参”, 说起糖淡干海参, 虽然其对人体没有严重危害, 但是糖淡干海参因其较高的价格与其应有的价值、品质并不成正比, 因此, 在海参市场上蒙蔽了很多消费者的眼睛。

糖淡干海参在生产和加工过程中被任意添加大量盐, 又掺入大量的糖和胶质等物质来增重, 并依此冒充淡干海参进行销售。糖淡干海参在很多海参市场上都十分普遍, 有的地方市场甚至能占到八成以上。

而目前市场上最常见的淡干海参是盐淡干海参和糖淡干海参。淡干海参、盐淡干海参、糖淡干海参, 发制后有很大区别, 好的淡干海参1斤可以发制出15斤水发海参, 而加了其他物质的干参1斤只能发5斤~8斤左右水发参。如果买了“糖淡干海参”, 消费者不但花了钱, 食用后对身体也毫无益处。据了解, 目前市面上存在一些伪劣海参含糖高, 又经过火碱, 福尔马林等发制后, 再将海参放入含盐量饱和的盐水中浸泡3~4天, 然后晾干, 再放入盐水中浸泡。如此反复多次最后加入糖浆和胶质烘干。经过这样加工后的海参个头大, 外表好看, 重量又增加了很多, 然而海参的营养成分已经严重流失, 完全没有滋补价值。

此外, 糖淡干海参的保质期很短。合格的淡干海参能保存3年甚至5年, 而添加了有毒染色剂的糖淡干海参, 食用后对身体不但无益, 反而有害。

## 淡干海参依然是市场主角

记者发现, 在海参店里, 既有半淡干海参, 也有即食海参。店家告诉记者, 相对于淡干海参而言, 很多消费者会想当然地认为半淡干海参营养价值比淡干海参的营养价值高, 其实不然。淡干海参是海参经过一系列高温、杀菌、消毒后的制品,

易于保存, 尽管营养价值不及鲜海参, 但是其营养成分比鲜海参更容易被人体吸收。

据了解, 在半淡干海参市场上难免有商家为了获取高额利润, 而不顾其海参的品质。市面上部分半淡干海参并不是名副其实的正宗半淡干海参。有

的半淡干海参只经过10~20分钟简单蒸煮的处理过程, 便在市场上售卖。这种渠道形成的所谓的“半淡干海参”其质量参差不齐, 差价很大, 并且其涨发率也有很大差别, 而对于消费者而言, 却很难辨别真假。

随着养生意识的提

高, 淡干海参因其高含量的高蛋白、低脂肪、低糖、无胆固醇而日渐成为营养保健食品, 受中老年人的青睐, 因而也成了儿女孝敬老人的首选产品, 因此在海参市场上, 淡干海参依然是市场的主角。

## 热线很火爆 读者怕限量

冬季进补逐渐被百姓所接受, 然而不少人却在感慨: “海参虽好, 就是价格太高。”因此, 为了回馈离都市民的厚爱以及满足市民对海参产品的需求, 本报与大连海参企业联合推出海参直销节。

“从大连参民手中直

接将海参送到潍坊消费者手里, 省钱60%, 这一部分全部让利消费者, 让潍坊市民不用去大连就能直接从参民的手中买海参, 绝对超值。”大连名品海参相关负责人如此说道。

“以前都是在市场买, 知道肯定贵, 但是没

有更好的买海参的地方啊!”消费者徐女士说, “现在在报社就能买到海参了, 只要不限量, 我肯定多买, 这要是算下来得省多少钱啊!”

一位资深的大连海参专业人士表示, 由于冬季进补正当时, 市场对海参

的需要量较大。随着天气转冷, 海参价格还会继续上涨。而天气寒冷会给捞海参造成一定困难, 潜水员的工资也会随之上涨, 这些成本将来可能都会分摊到海参的价格上。

## 预防心脑血管疾病 老人冬季应进补海参

营养专家表示: “海参属于温补产品, 适合各类人群。”对于用脑的学生来说, 海参内含18种氨基酸, 其中的8种氨基酸是人体不能合成的, 只有通过海参才能摄取。而牛磺酸、胶原蛋白、黏多糖、硫酸软骨素、皂苷、多肽及多种维生素和微量元素等活性成分, 健脑功效明显。

对于孕妇来说, 海参可为孕产妇提供全面的营养保障, 增强体质, 快速有效恢复体力和体力; 并能对婴儿的大脑和神经系统的发

育提供丰富的脑黄金物质, 有效避免婴儿先天性疾病的发生。

对于老人来说, 海参可以预防心脑血管疾病。

医学上认为高血压、高血脂、冠心病、肝炎、糖尿病患者及中、老年人, 长期坚持食用海参, 对缓解病症和治疗有良好效果, 增强人体免疫力, 减少感冒等疾病的发生。

同时, 海参还是手术患者的最佳补品。海参中含量很高的精氨酸, 可促进机体

细胞的再生和机体受损后的修复, 对机体损伤后的修复有特效, 明显缩短康复时间。这种精氨酸, 对男性健康也大有裨益。

对于爱美人士来说, 海参中的胶原蛋白含量可以与传统中药的阿胶、龟板胶、鹿角胶相媲美, 对女性美容养颜有奇效。不仅可以生血养血、延缓机体衰老, 还可使肌肤充盈, 皱纹减少, 减少、消除面部色斑, 让皮肤看起来细腻而富有光泽, 并且不发胖, 男女均适用。

## 纯正野生海参将与潍坊市民见面

在本报举办的海参直销节上, 质优价廉的大连淡干海参几次被抢购一空。但不少喜欢品尝纯野生海参的市民希望本报能够联系到诚信企业, 推出同样值得信赖的纯野生海参。经过前期大量的市场考察, 本报派出的督察组在对海参质量、价格层层把关后, 最终选定68°N海参潍坊直营店作为海参直销节的合作伙伴。68°N海参潍坊直营店相关负责人

也郑重承诺: 68°N海参一定将提供优质的进口野生海参品种, 让物美价廉的绿色产品进入千家万户。

记者也特别提醒广大准备抢购的市民, 海参货源充足, 市民可合理安排时间到本报编辑部(福寿街与北海路交叉口金诺大厦10楼)或奎文区文化路与福寿街交叉口东南角68°N海参潍坊直营店订购。目前在售的两款纯野生进口海参分别是红刺参和黑刺

参, 每斤的价格在2600元至9800元之间。为了迎合广大市民的需要, 本报即食野生海参也已经到货, 每只的价格在8元至28元不等。值得一提的是, 本报销售的即食野生海参与市面上一些添加防腐剂的即食海参不同, 这些即食海参全是68°N海参潍坊直营店现场发泡后冷冻保存的, 市民可以到店内见证发泡过程。

# 68°N 海参

进口 野生

自然繁殖、自然生长  
68°N (北纬68度) 海参  
纯进口、原生态、无污染、无添加剂  
真正的野生海参

淡干野生海参: 2600元-9800元/斤  
即食野生海参: 8-28元/只

天然野生 100% 北极海参

★进口货物报关单编号: 425820121587104706  
★入境货物检验检疫证明编号: 370200112023779  
★国家水产品质量监督检验中心检验报告编号: W2011334

全国统一服务热线: 4000-1555-68

www.haishen68.com

销售一部: 齐鲁晚报·今日潍坊  
地址: 潍坊市福寿东街5603号金诺大厦10F  
电话: 18663676778 0536-8528260

销售二部: 68°N 海参潍坊直营店  
地址: 潍坊市奎文区文化路与福寿街交叉口东南角  
电话: 0536-8528260

到店消费者  
可免费品尝  
8元即食  
海参一只