

缓解“碳水焦虑”，齐鲁粮油“创”出新市场



齐鲁粮油

“生在山东，我真的离不开面条、包子、馒头，可是体重秤的数字又不断在提醒我该减肥了”。夏季到来，“我要减肥”的声音越来越多。减肥方式各异，不吃主食似乎成为很多人心中的“捷径”，以至于谈“碳”色变。

碳水化合物真的有这么可怕吗？怎么吃主食才更健康？为了缓解大家的“碳水焦虑”，作为粮油生产、加工、流通和转化大省，“齐鲁粮油”面食加工企业又做了哪些努力？

记者 王颖颖 实习生 王艺颖

“控糖”不等于“断碳” “碳水焦虑”大可不必

“夏天来了，身上的肉再也藏不住了，我要减肥！从今天开始不吃主食了！”生活中，很多人都听过或者说过这样的话，想通过不吃主食控制碳水化合物的摄入达到减重的目的。而控制碳水的摄入，其实主要是为了“控糖”。

营养专家介绍，日常饮食中，需要控制摄入的“糖”是指添加糖、精制糖，比如蔗糖、果糖等。过量摄入这些糖会导致肥胖、龋齿、增加肿瘤、糖尿病等患病风险，但如果把所有的碳水化合物都算为糖，这就有点矫枉过正了。

山东省疾控中心食品与营养所副所长王克波介绍，蛋白质、脂肪、碳水化合物是三大产能营养素，为我们的身体提供能量，其中，每天碳水化合物的供热能量占50—65%，占比高了或者低了，都会导致发生疾病的风险变高。“现在感觉是存在一个误区，一说减糖，大家都认为是减碳水化合物，其实我们减糖减的是添加糖而不是食物本身的糖。”

王克波说，从营养健康的角度，居民可以按照《中国居民膳食指南(2022)》来吃。膳食指南中提到，要坚持食物多样，合理搭配。坚持谷类为主的平衡膳食模式，每天的膳食应包括谷薯类、蔬菜水果、畜禽鱼蛋奶和豆类食物，平均每天摄入12种以上食物，每周25种以上，做好荤素搭配、主副搭配。

要控碳水更要健康

高纤维面食吃出“俏腰人”

控制碳水化合物的摄入不等于拒绝主食，而是要健康饮食，补充优质蛋白以及膳食纤维。在山东，粮油加工企业通过“齐鲁粮油”提供的产销对接平台，紧跟市场需求，不断转型升级，满足消费者对健康的需求。

山东的面粉生产企业不仅多，而且强。这些企业普遍历史悠久，在长期发展过程中，始终能够聚焦主业，并持续创新，通过技术的提升，完成对面粉品质的升级。除此之外，山东面粉产品种类丰富，可根据客户要求实现“高端订制”，满足不同地域、不同面食产品的生产需求，朝着标准化、品牌化不断



“齐鲁粮油”中国行南京推介会上嘉宾访谈环节。

努力着。

“这些年跟着‘齐鲁粮油’参加了各种推介活动，也接触到更多市场和消费者，‘健康’成为越来越多消费者关注的重点，因此我们也在不断研发新的产品，满足大家的需求。”发达面粉集团股份有限公司执行总裁董金鲁介绍。

日前，发达集团一款新产品——高蛋白小麦粉上市。董金鲁介绍，这款高蛋白小麦粉，充分利用了小麦中蛋白质含量较高的部位，提取出来的面粉蛋白质含量达26%以上，完全能够满足人们对蛋白质的日常需求，同时，高蛋白小麦粉中碳水化合物的含量降低了15%左右。此外，还有一款高纤维小麦粉，里面添加了多种膳食纤维，使其纤维含量超过了8%，而且其中的膳食纤维经超微粉碎，降低了大片纤维对面筋形成的不利影响，可用来制作馒头、包子、饺子等多种面食，具有营养全面、筋力适中、吃水性好的特点。

“我们跟一些科研机构共同研发了一种生物发酵的技术。比如麸皮，经过生物发酵，把木质化纤维转换成一种可溶性的膳食纤维，我们再进行一些组合，就是形成高纤维面粉。这个高纤维面粉不仅纤维含量高，还运用生物发酵技术改变了口感，吃起来不那么粗糙难咽，且有饱腹感。”

今年，山东富世康面业集团有限公司的新产品也在“齐鲁粮油”中国行、“六进”系列活动等多场推介活动中亮相，并已经展开了线上及线下的多渠道销售。

公司副总经理姚永金介绍，针对不同人群，富世康与山东农业大学和山东省农科院合作，研发出了三个不同系列新品。其中，针对中老年人，研发了粗粮健系列产品，包含黑米小米面粉及挂面、玉米山药面粉及挂面、荞麦胚芽面粉及挂面；针对“三高”人群，研发出低堂谷品系列产品，包含青稞苦荞面粉及挂面、藜麦苦荞面粉及挂面；针对爱美女士，则推出零脂肪、高膳食纤维的“俏腰人”系列产品。

“这些产品市场反应都不错，而且通过参加‘齐鲁粮油’的系列活动，吸引了新的经销商，开发了新市场。”针对粗粮口感粗糙的问题，姚永金介绍，富世康进行了近千次的反复试验，从营养、口感、使用便利等方面考虑，耗时近2年进行研发、搭配，才让产品得以成功面市。他表示，近几年跟随“齐鲁粮油”脚步，与京沪苏浙粤等粮油需求多样化地区经

销商深入座谈交流，开阔了眼界，扩大了公司知名度，更快地了解市场需求，同时根据市场需求不断研发的产品，让产品更被消费者喜爱。

“社会在进步，消费在升级，企业转型升级是个永恒的主题。我们企业要沿着数字化、智能化、体验化的方向发展，产品要朝着功能化、定制化和方便化方向发展。作为一个工业产品必须要标准化、工业化、流水化，从一开始设计生产线，我们就是仿手工制作的工艺，但是要流水线生产，要智能化生产，要数字化生产，所有做的这一切也都要在以用户为中心的基础上去开展，才能得到用户的喜爱。”山东富世康工贸集团有限公司董事长冉德成在采访中表示。

高产还要高质 政府定标准立标杆

不管是普通面粉还是创新产品，高品质的产品都是源自于优质的原料以及对产品标准的严格把控。

众所周知，山东是农业大省，气候、土壤和海洋等资源条件优越，肩负保障国家粮食安全的重大使命。全省小麦年加工能力5289万吨，居全国前列。一直以来，山东小麦粉享誉省内外，在市场上广受欢迎。

从小麦种植区域讲，山东属于黄淮冬麦区，位于黄河流域中下游，气候温和，阳光充足，四季分明，降水集中，雨热同季，春秋短暂，冬夏较长，属暖温带季风气候。山东的粗骨土、潮土及棕壤占耕地面积比例很大，这些地理条件都非常适合小麦的生长。小麦在灌浆期很少遇到阴雨天气，所以，山东小麦很少会感染赤霉病，在收获季节很少遇到对小麦质量产生不良影响的干热风，所以说，山东的气候条件非常适合小麦的生长，特别适合种植优质小麦。

山东小麦粉具有安全性高、品质好、粉色亮的特点，广泛用于制作馒头、面条、水饺等主食，这也与山东地区的饮食习惯、结构特点相对应。

随着消费升级和健康饮食理念深入人心，居民消费已经从“吃得饱”向“吃得好”“吃得健康”转变，高品质、健康化的粮油产品越来越受到消费者的青睐。消费需求在变，产业前行方向也在变，标准引领至关重要。

2018年9月，山东省出台《关于推进山东

粮油品牌建设的实施意见》，打造“齐鲁粮油”公共品牌。作为品牌战略的重要组成部分，以高标准引领企业生产高质量产品，又先后推出了《山东面条用小麦粉》《山东饺子用小麦粉》《山东馒头用小麦粉》《山东馒头》等11项团体标准。山东粮油检测中心高级工程师赵莹介绍，标准的设置既尊重生产现状，又体现技术引领，传达了“适度加工”的绿色节能生产理念，为“齐鲁粮油”品牌创建提供了必不可少的技术支撑。对引领山东粮油加工企业的发展和科技进步，促进山东粮油加工企业走出去，开拓市场，扩大影响，促进山东粮油品牌抱团发展具有积极意义。

“我们从原来简单生产、通用粉生产，到现在可以给客户生产定制粉，也是受到团体标准制定的启发。”董金鲁介绍，市面上很多面馆都有各自的特色，因此，在原料方面就会有个性化的需求，发达面粉可以根据客户的指标生产出来满足客户生产需求的定制化面粉。此外，针对不同的市场，发达还细分了不同的品牌，如银牛、日盼、丹顶鹤等。订制化以及品牌的细化，也带动了发达面粉的产品销量。“目前，发达面粉一天加工小麦9000吨，年加工能力约270万吨，24小时生产还接近于供不应求的状态。2022年销量比2021年增长了12%，预计今年增长率不会低于15%。”

日前，“齐鲁粮油”公共品牌商标商业使用授权签约仪式在济南举行，共有38家企业的61个产品符合申报要求，获准使用“齐鲁粮油”公共品牌商标。山东将“齐鲁粮油”公共品牌建设作为粮食产业高质量发展的重要抓手，此次“齐鲁粮油”公共品牌商标商业使用授权协议的签署，标志着山东省粮油产业品牌建设进入一个新的阶段，将进一步提高山东粮油产品的市场占有率和竞争力，助力并引导山东粮油产业高质量发展发挥不可替代的推动作用。

山东省粮食和物资储备局党组书记、局长王伟华表示，将全面升级“齐鲁粮油”公共品牌。围绕推动粮食产业高端化、智能化、绿色化发展，丰富内容、创新形式，线下开展“中国行”“六进”、产销协作和博览会等推介活动，线上发挥好“好粮有网”平台功能，全面塑造“道不尽齐鲁粮油好”优质粮油形象。按照“1+N+N”品牌战略规划，指导有条件的地区打造市级区域粮油公共品牌，引导粮油加工企业提品质、树品牌、强产业。践行大食物观，构建多元化食物供给体系。