

# 有机食品渐成舌尖上的宝

“瘦肉精”、“甲醛白菜”、“蓝矾韭菜”、“毒金针菇”等事件不断出现,人们对食品安全问题的担心越来越多。此时,有机食品慢慢进入人们的生活,成为不少消费者的“新绿洲”。那么,什么是有机食品?它与普通食品有什么不同?怎样才能买到真正的有机食品?

□本刊记者 宿可伟

## 不菲价格难挡消费热情

在省城舜耕路华联超市内,“有机杂粮”和“有机蔬菜”专柜前吸引了不少顾客。记者查看发现,这些有机食品价格大都是普通食品的几倍,甚至十几倍。如普通大米2.5元/斤,有机大米20元/斤;普通鸡蛋价格4.2元/斤,有机鸡蛋17元/斤;普通蔬菜每斤2元左右,有机蔬菜达到20元/斤……

虽然有机食品价格不菲,但还是有不少消费者选购。正在超市购买有机蔬菜的程女士告诉记者,现在食品污染比较严重,所以她一直坚持吃有机食品。在一些有机食品专卖店,像程女士这样的消费者更多。在省城济源大街“回归自然”有机食品专卖店,不时有顾客前来购买有机大米、有机蔬菜、有机猪肉等。67岁的刘大爷是这里的常客。他告诉记者,自己买有机食品主要是给孙子吃的。“我孙子今年才上小学,吃的东西一定得安全。就算贵点

也值得!”据了解,在一些网购网站也出现了有机食品专区,且成交量不低,可见食品消费“有机潮”势头正猛。

山东省食品工业协会专家认为,大众对健康饮食日益重视,安全、放心成为人们选择食物的标准,鲜美可口、不添加抗生素和催化剂的有机食物受到大众欢迎也是理所当然的。

## “有机”不同于绿色、无公害

有机食品畅销,但公众对这一高端产品的认识不足和盲目消费仍然存在。记者随机调查了几位消费者发现,他们对什么是有机食品,有机食品和非有机食品有什么区别等问题很茫然。刚刚给孩子买了有机奶粉的刘女士告诉记者:“只知道有机食品是好东西,导购员也说的有机更安全,但具体是怎么回事也没了解过。”调查中,不少人认为有机食品就是绿色食品、无公害食品。而事实上,三者有着很大区别。

有机食品与绿色、无公害食品的区别体现在三个方面:首先,有机

食品在其生产加工过程中绝对禁止使用农药、化肥、激素等人工合成物质,并且不允许使用基因工程技术;而其他食品则允许有限使用这些技术,且不禁基因工程技术的使用。如绿色食品对基因工程和辐射技术的使用就未作规定。二是生产转型方面,从生产其他食品到有机食品需要2-3年的转换期,而生产其他食品(包括绿色食品和无公害食品)没有转换期的要求。三是数量控制方面,有机食品的要求定地块、定产量,而其他食品没有如此严格的要求。

中国质量认证中心有关专家表示,有机食品、绿色食品及无公害农产品三者的关系如同金字塔,有机食品处于塔尖,其次是绿色食品,塔底则是无公害农产品。由此可见,从选择生产用地到进入市场的整个过程中对有机食品的要求是最高的。

## 7月1日起有机食品可追溯查询

目前,少数认证机构无资质,超范围从事有机产品认证的情况时有发生,严重损害了消费者利益。对此,我国已出台有机食品认证新规



章:今年7月1日起,国内生产的所有有机产品将统一使用新标志。新标志包含一个“有机码”,这相当于有机产品的“电子身份证”,市民选购时只需看统一的标志,同时还可以直接上网查询真伪,监管部门可据此追溯到这个产品从菜地到最终零售商的整个环节。

有关专家指出,购买时可以从以下几方面鉴别有机食品:

一是注意包装上的有机认证标识。按照规定,有机食品的包装上必须同时具备两个标识,一是有机食品标识,二是有机认证标识。

二是注意包装袋上是否明确生

产者相关信息。正规的有机蔬菜生产厂家会给每一份蔬菜贴上产品追溯码及产品相关信息,消费者可到相关网站或相关部门查询。

三是看保存时间。有机蔬菜因不施化肥,所以抗氧化性更强,储存时间更长。而一般叶菜冷藏能放三四天,果菜可放一周左右。另外,有机蔬菜一般是局部腐烂,并且腐烂过程较慢。

四是凭口感。仔细对比下,有机种植的蔬菜和非有机种植的蔬菜在口感上还是存在着显著差异。

此外,专家指出,如果对有机食品了解不多,建议去有信誉的有机食品店和大型超市购买。



## 养护肠道从娃娃抓起 适合宝宝的酸奶美食

我们肠道的益生菌到底有多少你知道吗?据权威机构研究分析:婴幼儿时期,肠道内的益生菌占细菌总量的98%;青少年时期,肠道内的益生菌占细菌总量的40%;中年时期,这一比例降至10%左右;65岁以后,若不加以补充和养护,肠道内的益生菌仅占细菌总量的5%,大量有害菌在肠道内合成和堆积各种毒素,促进衰老和病变。可见,肠道的益生菌数量是随年龄增加而递减的。因此,养护肠道应从娃娃抓起,从小多吃富含益生菌的食物对于肠道健康是非常有益的,吃酸奶就是一个不错的选择。

不过,对于给宝宝吃酸奶,有些爸爸妈妈还是心存疑虑的。很多育儿专家表示,家长们可以根据宝宝自身的健康情况,给宝宝适当地喂食酸奶,有助于帮助宝宝调节肠道,预防便秘。而且还可以用酸奶制作美食,多种营养结合,更加助力宝宝健康成长。

6月17日,齐鲁电视台“君乐宝快乐一家亲”家庭选拔赛,山东威海站——家家悦齐鲁商城,期待您的参与…… 报名热线:0531-82925582



### 酸奶胡萝卜汤 适合2岁以上的宝宝

材料:(3人份)胡萝卜200克、洋葱1/3个、酸奶120毫升、橄榄油少许、盐少许、清水400毫升

做法:

1. 洋葱洗净切丁备用;
2. 胡萝卜切片,放入打碎机中打碎;
3. 汤锅中加入清水煮沸;
4. 平底锅中放入橄榄油,

中火热锅,在放入洋葱丁,翻炒至洋葱变软(约5分钟);

5. 再倒入搅碎的胡萝卜,略炒一下,和洋葱一起倒入汤锅中,转大火煮至沸腾,再转小火,煮至胡萝卜变软,加入少许盐拌匀;

6. 食用时,加入酸奶搅拌均匀即可。



## 国际品质助力欣和企业成为 亚沙会官方指定调味品



近日,海阳亚洲沙滩运动会组委会正式对外宣布,欣和企业调味品成为第三届亚沙会指定产品,欣和旗下的六月鲜、葱伴侣、味达美、黄飞红等主力产品,将为本届亚沙会40多个国家和地区的来宾提供餐饮服务。

本届亚沙会是继北京奥运会和广州亚运会后我国体育界最大规模的盛

关培训等工作。

“作为亚洲高规格的体育赛事,亚沙会不仅检验全亚洲运动员的身体素质与竞技水平,也是一次中国企业放眼世界、在国际舞台上展现自我的盛会。”欣和企业副总经理姜军武在接受采访时说,“一直以来,欣和企业始终致力于做品质与品德和谐统一的产品,将提升人们

的生活品质作为终极目标。此次能够携手亚沙会,是欣和企业社会责任感和使命感的体现,同时也验证了中国制造的企业实力和世界级的过人的品质。”

据悉,欣和企业目前已建成国内最大规模的原酿酱、高盐稀态酱油生产基地之一,欣和的系列产品更是得到了包括中国在内的13个国家和地区消费者的青睐。品质,也带来了品牌的快速发展,在赢得了消费者和社会普遍尊重的同时,迅速成为国内最具影响力的调味品企业。亚沙会组委会相关人士表示,欣和企业能够成为亚沙会指定调味品供应商,借助这场洲际盛会向全世界展现中国的“美食文化”,得益于欣和勇于创新的理念和追求卓越的品质,“可以说是这项荣誉实至名归。”



用心酿·健康生活

## 饮食指导

### 六个核桃 都市白领健康新宠

在中医理论中,核桃是补肾健脑、补中益气、润肌肤、乌须发的上好佳品。在西医看来,核桃中除了富含对人体极具营养价值和保健功效的不饱和脂肪酸,还蕴藏着大量可以提高人体皮肤活性的多种维生素。这些对久对电脑、用脑过度、要事业也要美丽的白领女性来说,都是极为珍贵的“宝藏”。

**如果你在办公室:**你忙碌的时候,它就静静地躺在抽屉或者办公室的冰格里。你终于忙完了,打开电脑里的音乐播放软件,戴上耳机,轻轻闭上眼睛,享受难得的轻松一刻。此时,核桃露就在你身边,时不时喝一口,浓香醇正,不但补充了水分,还同时获得改善脑循环,增强脑力,乌发、使皮肤光润的多重功效。

**如果你在家中厨房:**不管是正在辛苦备考的孩子,昼夜奔忙于事业的老公,还是年迈体弱的父母,都是作为主妇的你肩上的责任。分别了一天,大家终于坐在一起吃饭的晚餐桌上,除了你精心烹制的一道道营养菜肴,给家人每人来杯核桃露。

**如果你与闺蜜小聚:**碳酸饮料?与大家追求健美身材的愿景明显不符。果蔬饮料?喝得太多了,有点甜腻。植物蛋白饮料?这是市场消费新趋势呢。尤其是浓浓的、香而不腻的核桃露,丝滑的口感,给味蕾最大的满足;核桃还含有其他干果不可比拟的高营养,给健康美丽最大的支持。

**如果你在健身房:**大好的天气,大好的风光,夏天的热情就这样扑面而来。无论你是在健身房挥汗如雨,还是在游泳池消暑避暑,夏天出汗量大大增加,会导致体内钙质随着流失。除了多喝水,还有一个简单的方法就是喝点核桃露。核桃中含有的丰富蛋白质、磷、钙和多种维生素,是你保持体内各种营养成分平衡的“加油站”。

## 维权热线

0531-85196381

### 雅培奶粉被指喝出蛆虫 消费者向工商部门投诉

近日,市民胡女士给孩子喂奶后,却在奶瓶嘴里发现了一条死去的蛆虫。胡女士投诉说,她为女儿购买的是雅培金装“喜康力”二段奶粉。当时,他和爱人刚给八个月大的女儿喂过奶粉,正要冲洗奶瓶,发现了奶瓶嘴上的蛆虫,这让一向爱女如命的胡女士惊恐不已。

随后,胡女士和丈夫找到了经销商,但经销商说他们也不太清楚虫子的来历,需由雅培厂家出面解决。随后公司一位工作人员来到胡女士家,确认该罐奶粉确系雅培奶粉真品,但工作人员一再表示,雅培公司作为国际大公司,生产线管控严格,绝对不会出现蛆虫进入奶粉的情况。至于蛆虫的来历,雅培公司方面表示难以确定,不能承担相应责任,只同意为胡女士更换一桶奶粉。对此,胡女士不能接受,已向当地工商部门进行了投诉。

为了更好地引导食品行业发展,保障消费者权益,专版特别开设“维权热线”栏目,将对食品质量安全等问题给予监督和维权,共同创建健康、透明的食品消费环境。

维权热线:0531-85196381。