

用户多 速度快 服务好
资费省 看高清

全麦面包沾光“全麦”抬身价

质量参差不齐,有的配料为普通面粉,有的十几种添加剂

随着健康饮食观念的普及,全麦面包以其味道可口、香气独特、富含纤维素等特点受消费者青睐。但市场上各种品牌的全麦面包,在色泽、价格上都存在较大差异。有的全麦面包配料表中竟没有“全麦粉”,且食品添加剂多达十几种。



在张店华光路上一家大型超市,市民在面包专柜挑选面包。 本报记者 王鸿哲 摄

本报记者 张汝树 见习记者 王欣 刘磊

配料一样,有的却叫全麦面包

近日,张店的张女士在柳泉路一家大型超市买了一袋全麦面包,回家后无意间查看配料表却发现,成分中根本没有“全麦粉”的字样。

记者走访了张店城区的多家大型超市发现,只要面包带

上“全麦”的字样,价格就翻倍。记者查看配料表发现,很多品牌所谓的全麦面包实际上与普通面包的配料一模一样,都是面粉、鸡蛋、水等基本原料,以及硫酸钙、单甘油脂脂肪酸酯等添加剂。一知名面包品牌的全

麦面包配料表中所列的添加剂足有十几种。

“像磷酸三钙、丙酸钙、脱氢乙酸钠等,我们都不知道是什么,而且也没看到全麦粉的字样,不知道这面包为啥这么贵。”正挑选面包的王女士说。

添加剂不少,吃全麦面包难减肥

市高新区的张女士对记者说,一直把全麦面包当成减肥期间不可缺的主食。“听别人说全麦面包含糖量少,吃了不长胖,我减肥的时候就只吃全麦或者粗粮的面包。”

长期从事面点制作工作的

张女士对记者介绍,基本不存在100%的全麦面包,因为那样口感不好,所以现在市面上所销售的大部分全麦面包都会为了调节口感,在制作的过程中添加面粉、奶、糖和大量类似谷朊粉的面团改良剂。

“现在有很多年轻人为了减肥专门来购买全麦面包,但是在制作面包的过程中,一般会添加一些黄油、植物油、起酥油等脂肪含量较高的原料,所以其实吃太多全麦面包对减肥并没有太多好处。”

本地瓜下市,外地瓜运输成本高 西瓜价格半月涨一倍

本报8月19日讯(记者李超 见习记者孙华飞)虽已入秋,但天气依然炎热,吃西瓜是人们最主要的消暑方式,最近西瓜价格上涨不少,每斤已经突破1元,最高的到了1.5元一斤,比半个月前涨了一倍。

18日上午,记者走访了张店的几家大型超市、水果店和一些摊点,发现西瓜价格上涨明显,最高的到了1.5元/斤,平

均价格都在1元/斤左右,相比去年同期,价格高了不少。

记者在共青团西路一超市看到,西瓜的价格为1.25元/斤,超市工作人员告诉记者,最近半个月西瓜涨价明显。“上个月才四五角一斤,现在一斤已经涨到一元多了。”

在潘庄社区一摊位,西瓜的价格为9角/斤,摊主告诉记者,他的西瓜都是前段时间从东北运过来的,当时价格还比

较低,所以现在售价也比其他地方低。

据了解,由于淄博本地持续降雨,对本地西瓜生长影响大,本地西瓜已经下市,目前淄博市场上的西瓜主要来自内蒙古、东北和新疆地区。

由于外地西瓜运输成本高,加上东北地区持续降雨,西瓜运不出来,造成供不应求,这些因素都促使西瓜价格走高。

相关链接

全麦面包并不适合所有人

记者就市民对于全麦面包的疑问和理解的误区咨询了淄博市营养师协会会长蒲泽。蒲泽解释说,社会上对全麦面包的“热捧”其实是人们当前生活水平改善后盲目选择的表现,全麦面包的营养价值其实比馒头米饭这些普通的主食低很多。

“现在人们对于全麦面包存在很多认识上的误区,对于青少年来说,长身体的关键时刻是不能吃太多全麦食品的,因为全麦食品中膳食纤维和维生素B比较丰富,但不能提供蛋白质、糖等人体必需的营养物质,所以并不是多多益善的。”蒲泽介绍说。

蒲泽说,同等重量的全麦面包相对于普通面包含有更多的纤维素,而纤维对人体不仅不吸收,还可以增加饱腹感,理论上食用全麦面包有利于减肥,但是不是能减肥,到底能起多大作用,现在各方说法不一。

“另外烤面包一般温度要达到200℃左右,会造成一些氨基酸、维生素的破坏。时不时吃点全麦面包挺好,但别盲目迷信。”蒲泽提醒说。

全麦面包巧辨识

选购全麦面包时,重点要看配料的成分表,此外还可根据颜色来判断。

在一大型超市工作的面点师张女士建议,首先要仔细查看面包外包装上的配料表,确定配方中是否含有全麦粉。若排在小麦粉后面,说明不是全麦面包;其次,虽然全麦面包略显褐色,但却不是太深,如果面包接近黑色,可能就是添加了焦糖色素等;此外,真正的全麦面包除了具有良好的麦香味外,切开后会发现它的纤维比普通面包粗糙,气孔也比较大。

本报见习记者 王欣

上门服务



8月16日起,桓台县公安局索镇派出所“电动车打码”工作小组来到辖区一皮革厂,为该厂职工的电动车“上户口”。截至19日,已为该厂打码电动车300余辆。

本报记者 罗静 摄影报道

临淄91路公交车线路调整

本报8月19日讯(记者 罗静 通讯员 张永)自19日起,临淄公交分公司的91路公交车进行线路调整。

调整后的线路走向为,牛山路—杨坡路—晏婴路—雪官路—桓公路—闻韶路—太公路—樱下路—临淄大道—遄台路—牛山路—天齐路—临淄大道—安平路—学府路。取消了区政府、相家西门、学宫小学等三个站点,新增临园南门、区法院、区医院、邮政局等四个站点。调整后的沿途站点及名称为:公交西院、近江南、齐园、桓公花园、单家新村西门、东泰广场、临园南门、雪官小学、区法院、区医院、邮政局、中心医院、闻韶小学、新印马、金茵生活区、光明小区、石鼓新村、临淄广电局、建筑质检站、牛山园、恒锦花园、盛世豪庭、淄江花园、金鼎绿城、淄江华庭、中轩热电、临淄中学。

调整后的91路始发站和终点站不变,始发站为公交西院,终点站为临淄中学。此线路单程运行50分钟,班次间隔12—15分钟;配备运力10台大客,日运行120车次。首班时间:6:00;末班时间:18:00。

名尚·SOHO携手途家—青岛欢乐行

8月14日下午,名尚国际售楼处内人潮涌动,热闹非凡。这是有幸参加名尚国际携手途家举办的“青岛欢乐行”活动的第一批幸运儿,他们已经整装待发,即将奔赴美丽的青岛那鲁湾国际公寓。

在此行出发之前,途家山东分公司的岳老师首先为到场的嘉宾介绍了途家模式,通过岳老师的讲解,他们了解到购买名尚·SOHO公寓,途家就能为您免费提供五星级管家式房屋贴身保姆的服务,为您的房子提供免费的管

理和维护,让您不必再为房屋的维修与折旧发愁。途家开放式托管服务让您想自住的时候自住,想出租的时候出租,而且,不限制您出租或者自住的时间,让您随时随地,随心所欲地支配您的房屋。只要您购买一套名尚·SOHO公寓,您便可以通过您的积分,换住途家在全国各大旅游景区和繁华地段的75万套住房。真正让您感受和家一起旅行的尊贵体验。

14日晚,嘉宾们入住青岛那鲁湾公寓并参加

了名尚国际组织的盛大的篝火晚会和别具特色的海边BBQ烧烤,丰富多彩的节目惹得嘉宾阵阵叫好。15日,客户还参观了途家在青岛证大大拇指广场的深蓝公寓及附近的风景区。

只要您购买一套名尚·SOHO公寓,您将也有机会参加名尚·SOHO青岛欢乐行的活动,并坐享途家五星级管家服务和开放式托管服务。名尚·SOHO,40—100m²精装公寓,宜商宜住宜投资,您值得拥有!

