



蜡分多种, 提倡购买时令水果

水果打蜡不可怕 清洗干净有妙招

本报记者 张九龙

最近关于打蜡水果的报道很多,引起很多人的关注,那么为什么很多水果都会打蜡?工业蜡与食用蜡的区别在哪里?如何分辨水果已打蜡?购买了打蜡的水果该如何清洗呢?

根据中国《食品添加剂使用卫生标准》,给水果打蜡是允许的,不过必须使用规定的适量的添加剂,即食用蜡。食用蜡大多是天然的动植物的胶,人体少量接触不会产生危害,偶尔食用了人体的消化系统也可以排出体外。

给水果打蜡最主要的目的是为了保鲜,一来蜡在水果表面形成的保护膜,可以保护水果的外皮,看上去色彩透亮,更容易吸引顾客的眼球;二来是防止水果的水分蒸发,避免水果营养成分的流失;三,水果表面打蜡后形成的保护膜也可以起到防腐防虫的作用。

蜡分多种。部分水果天生就会分泌一层天然果蜡,这种蜡对人体无害,有的营养还非常丰富,常见苹果中就有许多都是会自身分泌果蜡的,所以不打蜡的苹果洗净后是可以连皮吃的。人工食用蜡是符合国家食品安全标准的,原料主要来自自然动植物,如棕榈蜡、蜂蜡等,能给水果起到防虫防潮的保护作用。部分黑心水果商为了贪图便利,用工业蜡加工水果,其中有重金属成分,对人体有害。

天然果蜡与人工食用蜡都是天然产物,所以颜色都比较自然。



打在水果上最多起到提亮果色的作用。工业用蜡多含有染色剂,所以使用湿纸巾或者海绵沾温水擦拭水果表面,轻微的黄色或者灰尘是天然果蜡或打人工食用蜡,是健康无害的。如果能擦掉很浓重的颜色就很有可能是工业蜡,要谨慎购买。

如何分辨水果已打蜡?首先是看:水果色彩鲜艳的,表面光滑透亮的,一般都是已经打蜡了。其次是闻:水果打蜡后,水果本身散出了的味道就不浓烈了,另外工业蜡有轻微的刺鼻味。最后是刮:用手指甲或水果刀轻轻一刮,就会看到一层白色的蜡状物。如果用手或纸巾轻轻擦拭,如果出现淡淡的红色那么就可能是打的工业蜡。

购买了打蜡的水果该如何清洗呢?首先建议大家购买时令水果,少

购买反季节水果及长途运输过来的水果,这样可以减少购买到打蜡水果的几率,如果已经购买了打蜡的水果,很多人第一想到的是,直接削皮吃可以了,不过,因为有些水果皮的营养成分相当高,所以下面简单介绍几种打蜡水果的清洗方法供大家参考。

热水清洗:蜡遇热会融化,把打蜡水果放到热水,你会看到水中浮起一层蜡,及时倒掉即可。

用食盐洗:因为盐的小颗粒状态,增强了摩擦,而且食盐本身也有消毒作用。

牙膏清洗:不要感觉把牙膏涂到苹果上很恶心,你每天刷牙都不知道吃了多少牙膏了。将牙膏涂在苹果表面当清洁剂,这个办法也很好用,因为牙膏里面的活性剂很容易把苹果表面的脏东西带起来。

买鱼注意观察鱼鳍、鱼鳃颜色

水产品尽量多浸泡, 煮透蒸透

本报记者 张九龙

超市里并不起眼的活鱼,上周一度成为全国舆论焦点。24日,国家食品药品监督管理总局对外公布的一份文件显示,近期正在对北京、沈阳、石家庄、济南、上海、杭州、南京、武汉、成都、西安、广州、福州等12个大中城市开展经营环节水产品专项检查,而此前几天,有媒体披露,不少超市的活鱼销售柜台纷纷停售活鱼,是避风头还是躲检查?一时间众说纷纭。

从以往检查情况看,孔雀石绿往往是水产类的常见风险源。孔雀石绿是一种带有金属光泽的绿色结晶体,又名碱性绿、严基块绿、孔雀绿,其既是杀真菌剂,又是染料,易溶于水,溶液呈蓝绿色;溶于甲醇、乙醇和戊醇。在养殖过程中用它可以预防鱼的水霉病、鳃霉病、小瓜虫病等。为了确保鳞片受损的鱼延长生命,在运输过程中和存放池内,也常使用孔雀石绿。

20多年前,很多国家把孔雀石绿作为“好东西”来推广,但后来,科研结果表明,孔雀石绿具有高毒素、高残留和致癌、致畸、致突变等副作用,鉴于此,许多国家将其列为水产养殖禁用药物。2002年,我国农业部门将其列入



《食品动物禁用的兽药及化合物清单》,禁止在食用动物中使用。

近15年过去了,孔雀石绿却从未在市场上消失,隐蔽地被用于活鱼经营的各个环节。如何肉眼辨别“孔雀石绿水产品”?专家说,由于孔雀石绿具有高残留性,使用过孔雀石绿的鱼体表颜色呈浅蓝色,有些经浓度较大孔雀石绿溶液浸泡过的鱼,甚至会呈青草绿色,通过观察鱼鳍、鱼鳃可以辨别。一般情况下,鱼鳃是鲜红色且不会附有脏物,但孔雀石绿溶液浸泡过的鱼鳃因失血过多而发白,或因出血而带有瘀血,呈紫红色。

使用孔雀石绿后的鱼即使死亡后,鱼鳞也会闪闪发光,颜色较为鲜亮,仿佛刚死一般,消费者很难从外表分辨,这大大增加了死鱼出售的概率,而没有加入孔雀石绿的鱼鳞

早已没有光泽。

专家建议,吃水产品之前要尽量浸泡,这样即使鱼经过了孔雀石绿溶液的浸泡,也可以稀释,减轻对人体的毒害。在做法上,尽量煮透、蒸透,不要生吃。

此外,专家还介绍了一些常见水产类的选购方法。新鲜带鱼为银灰色,有些带鱼却在银白光泽上附着了一层黄色物质,这是由于保管不好鱼体表面脂肪大量接触空气加速氧化的产物,如果买了要及时食用,否则会发臭。

鲜虾:质量好的虾头尾完整,虾壳发亮透明,体侧和腹部为白色,河虾为青色(雄性虾全身淡黄色)。虾皮:紧握一把虾皮,松开后会自动散开的,是优质虾皮。贝类:冒泡的则是鲜贝,有弹性的最佳,如果壳与肉粘在一起的说明不新鲜了。

跟着中纪委去读书

定格万历十五年 娓娓道来说明史

本报记者 张九龙

这是一部历史学专著,已经流行了20年,再版了20多次,发行量也到了百万册,大家并不陌生。这本书无论在写法上还是在观念上,与我们经验中的史书都有着明显的区别,给人一种耳目一新的感觉。

《万历十五年》是一本浓缩的明史,作者美籍华人黄仁宇,站在大历史的高度,手术刀一般剖析某一个普通的历史阶段,从文化的角度入手,用客观和冷静的第三只眼,梳理中国传统社会管理层存在的种种问题,并在此基础上,探索现代中国应当汲取的经验与教训。

全书共分七章,主要围绕万历十五年前后的史实,以及那个时代的人物,并以万历皇帝与张居正等人物的关系为重点,分析了

万历皇帝、首辅徐阶、高拱、张居正、申时行等人物,又从政治、军事、文化三方面入手,分析了古怪的模范官僚海瑞、孤独的将领戚继光、自相冲突的哲学家李贽。

应该说,这是一部改变中国人阅读方式的经典之作,不像传统史书那样,琐碎地记叙该年发生的事儿,而是以1587年为支点,将明

后期的历史支撑开来,其本质上的意图是从人性角度阐释中国文明史。

“1587年,表面上似乎是四海升平,无事可记,实际上我们的大明帝国却已经走到了它发展的尽头。在这个时候,皇帝的励精图治或者晏安耽乐,首辅的独裁或者调和,高级将领的富于创造或者习于苟安,文官的廉洁奉公或者贪污舞弊,思想家的极端进步或者绝对保守,最后的结果,都是无分善恶,统统不能在事实上取得有意义的发展。因此我们的故事只好在这里做悲剧性的结束。万历丁亥年的年鉴,是为历史上一部失败的总记录。”

《万历十五年》,在一些所谓历史要回归正统的推崇者眼中,可能不算是史书,也不是什么述论文,并且还谈不上是一篇严肃的著作,确实有点“不伦不类”。但是,这本书精选人物,纵横史海,语言幽默而优美,灰谐而不庸俗,确实引人入胜。在其漫不经心的信马放缰之中折出史料精心的选择和高超的剪裁,在其调侃搞笑的娓娓叙述之中透出作者内心心态的好恶和是非判断。

许多人对《万历十五年》的优美文字和曲折的故事津津乐道,其实真正的精彩蕴涵在作者对明朝乃至中国历史衰败原因的解读:明帝国的运转和维系由于过于依赖道德训戒和中国人所惯用的人情世故的标准去揣测周旋,因而不断地在内耗中损失掉了再生的能量;文官制度恶性膨胀暴露了中国传统政治的弱点,即以道德代替法制,而明代正是这两千多年来症结的集中爆发。对此,黄仁宇先生精辟地总结道:“只有把人情世故置于完善的法律和社会制度化的轨道中限制其随意的发挥,才能避免帝国衰败的命运。”

