



比如有种橘子面包颜色金黄,清甜的柑橘香让它很有人缘。如果你觉得这样的面包既天然,又营养健康的话,显然是被它的名字误导了。因为这类面包虽然标称着“香蕉”、“草莓”、“哈密瓜”,但仔细检查配料表,很有可能并没有天然水果成分。

对此,营养学家表示,面包是人体必需营养中碳水化合物的主要来源,但如果只是加入添加剂调出某种食材的味道,就谈不上什么营养了。目前比较受消费者青睐的是谷物面包和全麦面包,一般人均可食用。消费者在购买时一定要先看清配料表,分辨是否添加了天然食材,了解清楚后才购买。

近日在上海举办的 FHC(进口食品和酒店设备展览会)上,法国历史最悠久的小麦加工专家、法国巴黎大磨坊(Grand Moulins De Pairs)携手上海商威向中国观众展示了法师经典面包,与大家一起来感受法式面包的天然、健康、美味。法国 MOF 级别烘焙大师更向大家传授了面包制作和选购的秘诀。

记者 颜静燕

选面包健康新鲜是王道



选购面包要注意以下几点

看色泽 表面应呈金黄色或棕黄色,均匀一致,无斑点,有光泽,不能有烤焦和发白的现象。表面应光滑、清洁、无明显粉粒,没有气泡、裂纹、变形等情况。

如果表面能看到明显的油光,包装袋和垫纸上也有油渍,这样的面包热量也很高,对老人不利。

看断面 将面包从中切开,从断面观察,气孔应细密均匀,呈海绵状,不得有大孔洞,要富有弹性。

看形状 由于现在很多面包中都加入了面包改良剂,长期食用对人

体有害。在选购面包的时候,如果一捏就变形很厉害的可能就是添加了改良剂。



此外,在选购全麦面包时要注意,全麦面包的特点是颜色微褐,肉眼能看到很多麦麸的小粒,质地比较粗糙。但是颜色发褐的面包未必就是全麦面包,有些产品为了吸引消费者购买,会用精面粉来做面包,看起来显得有点“暗”,但本质上仍然是白面包。

另外不少消费者习惯一次性购买一周的食品。然而,面包保质期春夏季为 2~3 天,秋冬季为 4~5 天,选购时一定要选择尽可能新鲜的面包。

【教你一招】

新鲜蘑菇怎么挑

金针菇选菌盖半球形的。买金针菇首先看颜色。新鲜的金针菇颜色均匀,无杂色,如果颜色灰白则说明已经老了。其次身形长约 12~15 厘米、菌盖呈半球形的金针菇最新鲜。

平菇挑菌盖小的。挑选平菇时,要注意菌盖形态。新鲜平菇的菌盖水灵,边缘向内卷,菌褶紧实,排列整齐,没有开裂。不新鲜的平菇菌盖的边缘呈散状,而且边缘不整齐、有开裂。此外,挑选平菇不能一味讲究个头大,直径在 5 厘米左右、菌盖大小长得均匀的平菇质地为最佳。

香菇以菌盖厚实为佳。鲜香菇的菌盖是褐色的,颜色过白或如墨般过于浓重,都可能是次品。

杏鲍菇表面有光泽。杏鲍菇的菌盖为圆碟状,表面有光泽,平滑、干燥,直径以 2~3 厘米为佳。菌柄表面的纤维若过粗,说明太老了,过细则太嫩,少了嚼劲。



健康粮油 源自良友

质优 信优 名优

——“海狮”食用油再次荣获“长三角名优食品”荣誉称号

日前,在 2014 年度举行的长三角地区名优食品评选中,“海狮”食用油再次荣获了“长江三角洲地区名优食品”荣誉称号。

长江三角洲地区食品品牌发展基础好,消费水平高,消费者追求优质安全的意愿强,为构筑长三角品牌战略平台,引导区域食品产业更好地发展,“长三角地区(城市)食品(工业)协会联席会”决定在此区域开展“名优食品”的工作。同时也严格规定了参选标准,其一、参评企业必须获得省级名牌产品、著名商标荣誉;其二、产品实物质量在长三角地区达到同行业先进水平并且占有率名列前茅。迄今为止,“海狮”食用油已连续 4 次获得此项殊荣,是名符其实的质优、信优、名优企业。

海狮之所以获得此项荣誉,究其原因,有二点主要原因:其一,在于它可靠的质量和信得过的品牌。上海良友海狮油脂实业有限公司作为一家食用油国有企业,在 2007 年获得“上海市质量金奖企业”称号,“海狮”牌食用油连续多年被命名为“上海名牌产品”;“海狮”商标连续十多年蝉联“上海市著名商标”称号。上海良友海狮油脂实业有限公司视“质量”为立业根本,丝毫不敢懈怠。海狮公司建立了 ISO9001 质量管理体系和 ISO22000 食品安全管理体系,食品安全管理与

质量管理覆盖从原料采购到产品售后服务的各个环节,对生产过程设立关键控制点,严格原料、中间品及成品的检测……,生产食用油的每批原辅材料都要经过严格的检验并建立原料进货档案,加强生产时的监控力度,实行食品安全和产品质量的三级责任制管理,明确责任人,强化质量追溯,使每一批产品真正符合“安全、卫生、健康”的要求。同时海狮还聘任了百名社会质量监督员,进入海狮生产基地及社区服务中心,监控海狮油的生产制造,维护“海狮”品牌。

其二,在于它“用心做事每一件,创新良友每一天”的企业精神,“海狮”积极地贴近市场需求,努力倡导产品创新,今年海狮公司推出多款食用油,“亚麻籽油”与“南瓜籽油”成为很多厨师与消费者追捧的热点,非转基因大豆油和高油酸葵花籽油逐渐占据更广阔的市场空间。

从“一颗豆到一滴油”的一体化生产流程,到 ERP 技术整合的企业动态管理;从先进的工艺设备到严密的质量监控体系;从健康餐桌食用油到社区爱心传递;每一环工艺、每一个理念,每一个产品,都代表了“海狮”对社会的责任和承诺,同时强化了“健康食用油专家”的品牌价值。

“关爱健康,还是海狮”是“海狮”



中华老字号
China Time-honored Brand

良友集团 上海市著名商标

上海良友海狮油脂实业有限公司
<http://haishishipin.tmall.com>

长江三角洲地区名优食品
上海良友海狮油脂实业有限公司
海狮 食用植物油
长江三角洲地区(城市)食品(工业)协会联席会
有效期: 2011.9-2017.8

电话: 021-63320668 64968831

人信守的品质承诺,也是“海狮”品牌的立身之本。“海狮”品牌在长三角地区一直拥有良好的口碑,再次获得此项荣誉,是“海狮”品质保证的验证,也是“海狮”品牌传播的升华。“海狮”将以此为动力,继续为“居民菜篮子”的健康工业保驾护航。

海狮牌食用油咨询电话:
021-63320668、64968831
海狮天猫旗舰店网址:
<http://haishishipin.tmall.com>

良友集团
LIANGYOU GROUP

