

监管添加剂,应对生产者和使用者“双管齐下”

自制火锅底料“添加”须公示

关于食品添加剂的监管,可分为两个层面,一是对食品添加剂生产企业的监管,另一个是对食品添加剂使用者的监管。记者从市食药监部门了解到,近年来,本市严厉打击超量超范围使用食品添加剂和使用非食用物质生产食品等违法行为,食品添加剂超标现象得到有效遏制,个别不法企业受到严厉惩处。

在食品添加剂生产企业监管方面,有关

部门严格许可审批,对生产企业生产条件、质量管理水平和产品配方、产品标识进行严格核查,符合要求的企业才允许生产食品添加剂。同时,对所有食品添加剂生产企业加强监督检查和产品抽检,并按照规定的范围和使用限量标注食品添加剂的标签和使用说明书。

在食品添加剂使用监管方面,有关部门要求企业书面报告使用情况,督促企业建立

并落实采购索证和验收制度,采购符合法规标准要求的食品添加剂,在生产过程中严格按照标准规定使用食品添加剂,做好使用记录,并在食品标签上如实标注使用情况。

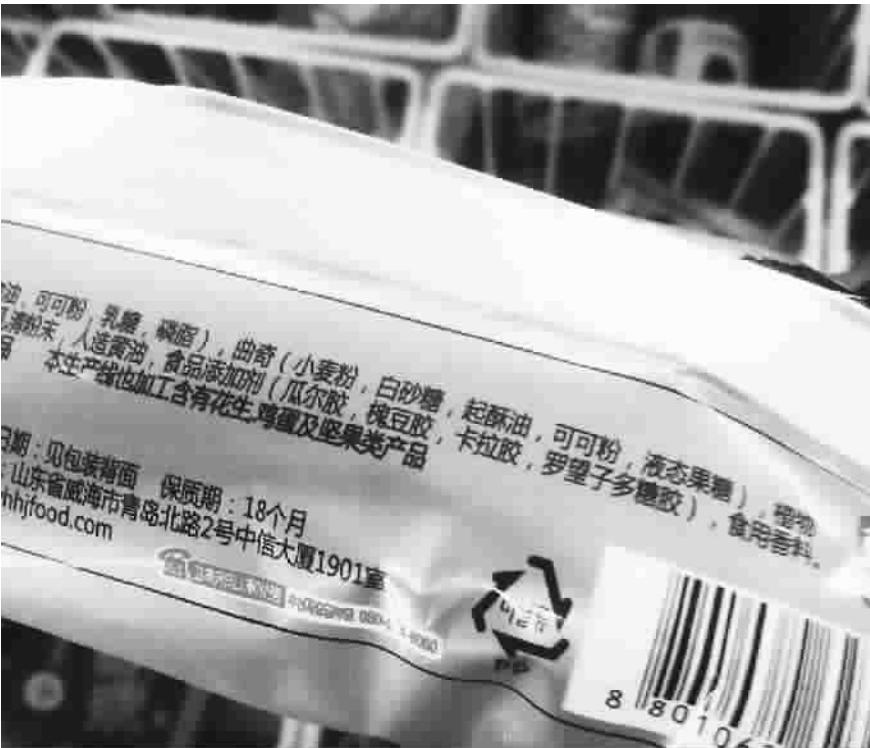
食品监督抽检中,有关部门加强对食品添加剂和非食用物质指标的抽样检测,公告监督抽查结果,并通过多种途径收集排摸行业“潜规则”,扩展抽检范围,提高针对性。

食药监部门还要求自制火锅底料、自制饮料、自制调味料的餐饮服务单位向监管部门备案所使用的食品添加剂名称,并在店堂醒目位置或菜单上予以公示。对检查和抽检中发现的超量超范围使用食品添加剂、使用非食用物质生产食品等违法行为依法严厉查处,曝光典型案例,对涉嫌犯罪的移送公安机关追究其刑事责任。

本报记者 陈杰

不必闻“添”色变

遵纪守法就好



■ 冰淇淋包装上的食品添加剂品种很多

本报记者 陈梦泽 摄

天气渐渐热了,又到了吃冷饮的黄金季节。大街小巷随处可见手拿雪糕、棒冰的路人。然而,说件你可能没注意的事:仔细端详一下包装纸上的配料表。你可能吓一跳,配料中密密麻麻地写着许多你看不懂的化学名称。这些东西的名称叫“食品添加剂”,在一根冷饮里,往往少的有六七种,多则超过 20 种。食品添加剂是否是“洪水猛兽”,你肯定要问,这样的冷饮能吃吗?

在“春令热线”的读者来电中,不少是咨询食品添加剂的。

到超市,随手买了一只某品牌的香草口味火炬冰淇淋。翻过包装,看配料表。有乳化剂 322、471 和 476,增稠剂 466、415 和 410,膨松剂 500ii,食用香精等。而旁边的一根巧乐兹“经典巧脆棒”雪糕,包装纸配料表上内容还要多:乳化剂、食用香精、增稠剂、酸度调节剂、甜味剂、膨松剂、着色剂。

外行看热闹,内行看门道。解释添加剂的作用,以冷饮为例最合适。冷饮是什么?是一种按照特殊工艺要求制作的甜点。这种说法挺贴切。而且,和许多食品不同,冷饮是由多种食品原料混合而成的。如果你爱吃冷饮,会发现一般的冷饮里总少不了几样东西:水、油、奶制品

和糖。

可是,众所周知,水和油是不相容的。单纯把这些东西混合在一起,没办法做出雪糕、做出冰淇淋来。这个时候,乳化剂和增稠剂、稳定剂就派上用场了。又比如香精的使用,是因为奶制品在冷冻条件下会散发出难闻的腥味,香精有助于掩盖这种腥味。看来,为了好看、好闻、好吃,食品添加剂才应运而生。重点在于严格遵守国家的标准。

在技术上确有必要,而且经过风险评估,证明安全可靠,方可列入允许使用的范围。这是监管部门对食品添加剂的要求。所以,苏丹红不是添加剂,“瘦肉精”不是添加剂,三聚氰胺不是添加剂。当然“证明安全可靠”是个会变化的概念,添加剂毕竟是化学物质,理论上讲用得越少越好。

日前,随食药监工作人员在浦江镇检查,每家正规餐馆都必备一样东西,叫做“添加剂日用量记录簿”,店里用来发馒头的泡打粉、小苏打,每天用了多少,谁负责拿的,都要一字不差、一笔不漏。

没有食品添加剂,就没有现代意义上的食品工业。对这样东西,不必闻“添”色变,只要遵守相关法律法规就行。

本报记者 陈杰

虾+维C=砒霜 豆腐+蜂蜜=耳聋

食物真的“相克”吗?

新民求证

“虾+维 C=砒霜;鸡蛋忌与糖精同食;豆腐+蜂蜜=耳聋;海带+猪血=便秘;土豆+香蕉=生雀斑;牛肉+红糖=胀死人;狗肉+黄鳝=死;羊肉+田螺=积食腹胀;芹菜+兔肉=脱发;番茄+绿豆=伤元气;鹅肉+鸭梨=伤肾脏……” 我们身边总是流传着这样那样的“食物相克”说法。

科普网站果壳网有文章指出,大家普遍认为菠菜和豆腐不能一起吃,事实上这两种食物共食只是会影响钙的吸收,并不是两种食物相克。要解决这个问题也很简单,因为菠菜中含有的草酸溶于水,只要把菠菜过热水焯一下再和豆腐炖着吃就不存在任何问题。

而“豆浆不能与鸡蛋同吃”则是“食物相克表”中人们最熟悉的一条。它们不能同吃的理由主要是指豆浆中有胰蛋白酶抑制物,能够抑制蛋白质的消化,降低营养价值。实际上,豆浆中虽然有胰蛋白酶抑制剂,但只要把豆浆煮沸了,这个物质被破坏了。专家指出,它的根本问题不是豆浆能不

能跟鸡蛋搭配的问题,而是豆浆一定要煮开喝。如果喝生豆浆,不管怎么配,或者单独喝,都不会舒服,甚至会中毒。

没有可靠的研究数据,的确很难简单地肯定或者否定一个传说的“禁忌”,科普作家云无心表示,虽然很多“食物相克”是想当然或者以讹传讹,但是至少从理论上说,无法排除两种无害的东西反应生成有害物质的“可能性”。

饮食的顺序、烹调的方法、个体差异等一系列因素都会导致进食后产生一些不良反应,如果只是片面地就此将某几种食物定义为“相克食品”是不科学的。中国营养学会名誉理事长葛可佑认为,食物的营养素相互影响是客观存在的,但是平衡膳食可以弥补,因此不必刻意去关注这些细节。

近年来,中国营养学会分别与兰州大学、哈尔滨医科大学合作,进行“食物相克”实验。兰州大学的实验选了 5 组传说会相克的食物组合,猪肉和百合、鸡肉和芝麻、牛肉和土豆、土豆和西红柿、韭菜和菠菜,由 100 名健康志愿者食用,连续吃了一周,没有发现哪一组食物会引起异常。

本报记者 陈杰

【回音壁】

市民岑昊来电询问:
出外就餐时,有什么比较简单易行的方法来保证食品安全?

食品安全专家回答:
在外就餐,应选择有品牌、口碑好的餐馆,尽量少去卫生条件差的路边摊和小餐馆。点菜时要注意“六个一点”——菜色浅一点、香味淡一点、口味清一点、素菜多一点、品种杂一点、总量少一点。点菜时不要讲究“浓油赤酱”,不要点颜色过分艳丽的菜肴。尤其是久煮不变色的红汤和辣椒酱等,千万不要吃。要警惕香气过分浓郁的菜肴。少吃用油煎、炸的菜肴和点心。点菜的品种杂一点,一来分散风险,二来均衡营养。

市民孙大雄来电询问:
我国对食品添加剂的规定是否比较宽松?

市食药监局相关人士回答:
人类每天食用的各种食品添加剂,只要是在 JECPA 规定的使用范围和使用剂量内,对人终生无害。我国有以专家为主组成的食品添加剂评审委员会,负责对食品添加剂的安全性、使用范围、使

用剂量进行评价和审查。我国食品安全国家标准《食品添加剂使用标准》(GB2760—2011)规定了食品添加剂的使用原则,允许使用的食品添加剂品种、使用范围及最大使用量或残留量。该标准适用于所有的食品添加剂生产、经营和使用者。按法规规定添加使用食品添加剂后的食品都是十分安全的。

市民袁征来电询问:
哪种人应尽量少吃含有食品添加剂的食品?

食品安全专家回答:
儿童最该远离食品添加剂。尽管每一种经国家食品安全标准认定的食品添加剂都是相对安全的,但如果在膳食中摄入量过大,仍有可能带来副作用。特别是对于生理功能尚未完全发育成熟的儿童,他们的解毒能力是最差的,应该远离大部分食品添加剂。国外很多研究表明,儿童远离各种加工食品之后,不少孩子的多动症、注意力不集中、学习障碍、侵略性行为都有所改善。家长应当不要给孩子吃彩色的糖果、甜味饮料、膨化食品、各种蛋糕甜点这类食品。