

把沪产保健米饭端上市民餐桌

上师大生环学院副教授李建粤对水稻改良情有独钟

“舌尖”上的教授 ②

“真希望上海每家每户年夜饭都能吃到用本地产的巨胚米做出的米饭,那可是具有保健功能的啊。”起劲地做这个“广告”的是上海师范大学生命与环境科学学院副教授李建粤。羊年春节前,上师大植物分子遗传学实验室里仍是一片忙碌,李建粤带着她的学生们不停地“追踪”着巨胚水稻的各项试验指标,希望有更多带着“上师大”智慧的大米能源源不断地从田头走向市民餐桌。

何为巨胚糙米

“我们平时作为主粮的大米,已经是被加工掉种皮和胚的糙米,我们将保留种皮和胚的米称为糙米。与精米相比,糙米含有较丰富的γ-氨基丁酸、维生素E、膳食纤维等重要营养物质。”李建粤说,巨胚水稻是指在糙米中具有较大胚的水稻种类,它的胚体积通常比普通胚水稻大2至4倍。γ-氨基丁酸,简称GABA,是一种非蛋白的功能性氨基酸。GABA、维生素E、膳食纤维对人体都具有非常重要的保健功能。已有研究证明,巨胚糙米比普通胚糙米对大鼠具有更好的降血脂和提高机体抗氧化效果。还有研究者以煮熟的巨胚糙米饭对小鼠进行研究,发现,煮熟的巨胚糙米饭也能够改善高脂饮食诱导的高血脂症。



■ 李建粤和她的学生在实验室里

资料照片

保健作用明显

上师大研究人员利用常规育种技术已成功培育了非转基因的巨胚水稻“上师大5号”,目前已在本市多家超市及网店有售。而目前李建粤团队正在实验室里开展的研究,就是为了进一步了解“上师大5号”巨胚米是否具有预防动物高血脂症和缓解动物高血压作用。她说:“与小鼠和小鼠相比,豚鼠的脂代谢更加接近于人类,因此,我们用5组豚鼠作为试验动物,分别饲喂5种不同的饲料,一共饲养了10周。试验结果显示,在饲料中添加30%‘上师大5号’巨胚糙米或30%普通胚

糙米,都能够抑制豚鼠血液中胆固醇和甘油三酯指标的上升,但巨胚糙米对于降低血液中胆固醇和甘油三酯指标上升效果明显好于普通胚糙米;对于不吃高脂饲料但添加了巨胚糙米的豚鼠,血液中的胆固醇和甘油三酯指标也不会异常下降。这个研究表明,‘上师大5号’巨胚糙米能够改善高脂饮食诱导的高血脂症,但对正常个体没有不良影响。”

虽然已知GABA具有降血压功能,但是目前还没有关于巨胚糙米是否有缓解高血压方面报道。为此,李建粤今年整个寒假都在忙着揭开这个“谜团”。目前对于高血压

药物研究的试验动物主要是采用自发性高血压大鼠。她和学生们分别采用四组自发性高血压大鼠和一组血压正常的大鼠作为试验动物。四组自发性高血压大鼠分别饲喂不同的饲料,饲养8周。结果显示,在饲料中分别添加40%普通胚糙米、“上师大5号”巨胚糙米和“上师大5号”巨胚糙米发芽后的胚芽米都能够显著降低自发性高血压大鼠的收缩压(通俗称为高压),但只有“上师大5号”巨胚糙米和“上师大5号”胚芽米才能够显著地降低自发性高血压大鼠的舒张压(通俗称为低压),而血压正常的大鼠的收缩压和舒张压都没有异常变化。

培育优良米种

最近几年,上海市民对大米的喜好要求不仅要香还要软。为了配合市场需求,李建粤和她的团队又开发了软米性状筛选的基因标记,并在2013年和2014年间分别与上海松江种子公司、上海光明种业有限公司和上海市浦东新区农业技术推广中心签订了合作育种协议,分别辅助这些单位进行“老来青”香型早熟软米常规水稻、“8004”香型中熟软米常规水稻和高产杂交软米水稻的育种。“去年12月,我们在海南岛种植了3亩水稻,今年4月就可以有收获了……”对于水稻改良,李建粤的向往始终是那么一往情深。

本报记者 王蔚

上海游客坐上“专列”

爱车托运 自驾黄山

本报讯(新民网记者 萧君玮)春节,带上爱车去旅行。春节假期将至,上海铁路局首开上海至黄山往返自驾游汽车运输列车,并辅以“假日列车”旅游专列往返服务。目前,各项准备工作基本就绪,已办理自驾车业务55辆,其中五座车51辆,7座车4辆,自驾游游客216人。2月19日,农历大年初一,游客就将从上海南站乘上“假日列车”去黄山旅游。

旅游专列+自驾游汽车铁路运输的个性化服务,方便了自驾车主举家出游,省时省力。上海游客袁永军表示:“以前我开大车去黄山来回2箱油,要花800多元,人也很累。这次自家车坐火车运费才1000多元,还是比较划算的。”据悉,汽车运输往返费用按照不同车型分为1180元和1580元两档。5座以下(含5座)小型车只需1180元/辆,5座以上7座以下(含7座),只需1580元/辆。旅游列车软卧往返费用为398元/人(限同一台自驾游车辆4人及以下)。其中还包括铁路部门提供的供客户选择的2个优惠方式。

乐享好运贺新春 浓浓年味在豫园

“大红灯笼高高挂,迎春纳福好运来!羊年新春,豫园商城作为上海极有年味的地方之一,为来自海内外的游客准备了一场集好运祈福、传统民俗、旅游购物于一体的文化盛宴!”

老庙黄金,给您带来好运气

2/14-3/8
老庙黄金好运气,新春佳节喜洋洋!
千足金饰品工费全免,镶嵌珠宝75折,
更有老庙鸿运金钞(全国首发)
不买老庙黄金,怎么好意思过年!
(金钞:千足金钞精工艺术品)

亚一珠宝 一路爱一路纪念

2/14-3/8
亚一金店华丽转型,亚一珠宝璀璨登场!
全智贤代言更时尚,
迎新妻子龙金饰品每克优惠20元,
工费再对折,镶嵌珠宝全场7折特惠!
快乐时尚尽在亚一。

永青假发

永青假发—中华老字号、上海市著名商标、上海市非物质文化遗产,永青在传承经典品质的同时,为您打造时尚美丽的发型,新的一年,从“美”开始!

上海老饭店

秉承上海本帮菜肴之精华,弘扬中华饮食文化之博大。

养生在豫园

童涵春堂
2/18-3/8
创建于清乾隆46年(公元1783年),百年中华老字号,“涵春”具有“涵和理中,春生万物”之意,更蕴含“药到病除,大地回春”之意。
1. 野山参、冬虫夏草、铁皮枫斗、西洋参、生晒山参粉等滋补礼品7折起。
2. 童涵春堂新春养生健康咨询

豫园老街

2/19-3/5
全长百余米,集聚了三十余家极富中国民族风情的特色商铺,荟萃了上海老城隍庙地区的传统特色商品。
王大隆刀剪店:
购铜筷筷子满1000元,送银六件套餐具一套,价值330元
上海糕点店:
龙凤银筷 活动价630元 大号银筷 活动价880元

好礼在豫园

华宝楼 物华天宝汇一楼:
2/18-2/24
坐落于上海老城隍庙西面的豫园商城华宝楼,集天地灵气,取万物之精华,带给顾客“古、新、奇、特”的感觉。
活动期间,黄金饰品免工费;镶嵌饰品7.8折;珍珠6折;银饰品9折,满588元起送一份精美礼品。

五香豆和梨膏糖

老城隍庙五香豆和豫园梨膏糖是上海极具代表性的特色旅游食品之一,家喻户晓流传至今,现已成为沪上非物质文化遗产的一个部分。

年味在豫园

湖心亭“元宝茶”,感受过年的味道!
2/19-3/5 (18:00—营业结束)
湖心亭茶楼是上海一家历史悠久,极具盛名的老茶馆之一,现已成为上海接待贵宾的特色场所,其知名度享誉海内外。
品茗消费单笔满200元,赠送玻璃壶一个(价值58元);
品茗消费单笔满300元,赠送组合花茶一盒(价值100元),消费不可累计,不与店内其他优惠同享。

南翔·1900和南翔馒头店,正宗的豫园南翔小笼

其菜品以南翔小笼为主打特色,结合了更多的上海特色及江浙风味精美小吃。餐厅经过了不断地创新和改进,推出了特有的荠菜小笼等少见的菜式。
大众点评下午茶团购特惠小笼、美点、主食饮品一网打尽,尽享“4.2折”
活动时间:上线之日起至2015年3月31日
使用时间:13:30—16:30,节假日都可用
活动门店:
南翔馒头店吴江路店 上海市静安区吴江路269号2F 61361407
南翔馒头店淮海中路店 上海市徐汇区淮海中路988号黄金世界商厦2F 64179227
南翔1900宝山万达店 上海市宝山区一二八纪念路988弄1号宝山万达广场4F 55426077