



资料图片

“舌尖2”带火家用榨油机 自己在家榨油靠谱吗?

很多人觉得在超市买的食用油不健康,担心转基因、防腐剂、添加剂等,就有商家推出了家用榨油机。自从《舌尖上的中国2》展示了古法榨油后,榨油机卖得更火,一些品牌甚至销量翻倍。可对DIY榨油的质疑也随之而来,有人指出榨油机榨出的油,未经脱酸、脱胶、脱臭等工艺,可能产生黄曲霉素等致癌物。不过,也有网友反驳说,从小在农村吃了多年,也没见有得癌症的。到底榨油机还能不能用呢?现代快报记者进行了调查。

实习生 余娇娇 现代快报记者 张瑜

古法榨油播出后,网店榨油机销量翻倍

在《舌尖上的中国2》第二集中,一开始就展示了来自徽州的古法榨油,尤其是敲击榨油的画面颇受称赞,很多观众说拍得跟武侠片似的。古法榨油被关注的同时,各种品牌的榨油机瞬间火了。

昨天,现代快报记者登录某购物网站,发现不少品牌的榨油机标有“舌尖上的榨油机——官方推荐”等字样,每台榨油机在数百元到三四千元不等。一家销量较好的店铺,在“舌尖2”播出前,该店某款榨油机日销量十几台,而节目播出后,日销售量在20到30多台不等,几乎翻倍。

一位卖家告诉记者,榨油机榨油属于物理压榨,通过他们的榨油机榨出的油有质检报告。记者看到,这些榨油机能压榨花生、大豆、芝麻、葵花籽、橄榄仁等多种原料。广告语中也宣称,榨出的油无添加、营养全保留,颜色更自然。

“榨油机榨出的油能致癌”引网友热议

早在“舌尖2”播出时,就有人指出古法榨油方法落后,保质期短,还可能会产生致癌诱变剂“苯并芘”。而最近,微博中也在热传,建议大家“不要家用榨油机,当心榨出致癌油”。微博提醒大家,自己压榨的食用油是未经精炼的“毛油”,没经过脱酸、脱胶、脱臭等工艺,其中或有黄曲霉素等致

癌物,而黄曲霉素B1被世卫组织列为“最强致癌物之一”。

为何榨油机不靠谱呢?微博中提到几个观点:物理压榨并不一定比化学浸出的要好,食用油中添加抗氧化剂不见得不安全,低温压榨未必好过高温压榨。不少网友看到后,表示不敢再用榨油机了。但也有很多人觉得不太靠谱。网友“昨日的学步车”说,小时候在村里蒸了菜籽直接榨油,油渣用来喂马、喂牛,很少有人得癌症。

网友“武汉蒋显”则指出,关于黄曲霉素这段不靠谱。“榨油时的高温是不能破坏黄曲霉毒素的,黄曲霉毒素的含量,只和原料相关。家庭榨油,可以精心去除原料中的变质部分,而中国的工厂,明显不会在这上面下心思。”

DIY榨油主要风险来自原料

江苏省营养学会公共营养师培训办公室主任颜晓东表示,之所以认为榨油机或者古法榨油可能产生致癌的黄曲霉素,关键并非在压榨方法,风险主要还是来自原料,像花生等如果被黄曲霉素污染,确实存在致癌可能性。

“比如说花生,如果发生霉变、有黑斑的话,可能就不排除受黄曲霉毒素的污染了。”颜晓东说,家庭作坊式的生产中,或是在家用榨油机DIY,因为大家不具备检测的条件,所以无论是原料或成品榨出的油,是否受到了污染,大家没有办法知晓。他指出,所谓用榨油机可能致癌,大家完全没必要想得那么严重。

在榨油机商家的宣传中,常常提到“无添加”,即没有添加抗氧化等

成分。颜晓东指出,其实榨出来的油脂很容易被氧化,尤其是自己做的,不可能完全隔绝氧气,所以油脂的氧化不可避免。“工业化生产中,因为有各种程序,添加抗氧化成分,再经过密封等,保质期肯定长。”

颜晓东建议,家庭DIY榨油,尽量一次性少做一些,最好是几天内就使用完毕,以免长期放置会氧化、变质。“保质期短,容易受污染,这确实是自己榨油难以控制的。”

另外,他还指出,自己榨出的油口感、味道会比超市买的要好些,但是颜色会比较深,没法保证那么透亮。此外,他还提到由于水分等没法去除,所以烹调时容易起烟,而且还会溅油,希望主妇们注意。

专家观点

没必要夸大好处,也没必要完全封杀

“不同的榨油做法,都有不同的优缺点。”颜晓东说,没必要刻意夸大榨油机的好处,也没必要完全封杀。“作为生活情趣,偶尔自己DIY榨油也就是调剂,尤其是在保证原料安全的前提下。”

颜晓东指出,如果想榨油也未尝不可,只要原料挑选把握好,比如挑出

霉变、黑斑等不合格的原料,在没有检测手段的情况下,至少从原料上保证安全。另外,他还建议制作过程中保证卫生,不要受设备污染。

此外,也正因为DIY榨油没有检测手段,他建议有小孩的家庭,尽量少食用自己榨的油。“毕竟孩子的体质比较敏感。”

中科灵芝孢子油

专注灵芝研究 28 年

中科灵芝 10项核心专利

- 一种富含灵芝孢子油的中药抗肿瘤制剂及制备方法(PCT国际专利) 201108586-7
- 一种增强灵芝孢子油抗肿瘤疗效的中药组合物 ZL 2004 1 0014120.3
- 一种抑制肿瘤的中药复方制剂及其制备方法 ZL 2004 1 0065736.3
- 一种抑制肿瘤的复合真菌中药口服制剂及制备方法(AT)ZL 03 1 12703 7
- 一种灵芝孢子的超临界加工方法 ZL 99 123952.0
- 一种灵芝三萜类成分的提取方法 ZL 2009 1 0024957.9
- 一种灵芝孢子多糖的提取方法 ZL 03 1 31837.1
- 一种灵芝孢子多糖的精制工艺 ZL 2006 1 0097229 7
- 一种富含三萜类的灵芝孢子油类制剂加工方法 ZL 2006 1 0086075.1
- 灵芝孢子粉片及制备工艺 ZL 2006 1 0040558.8



科学带来健康

南京中科药业 出品

中科健康网: www.zhongke.com

国食健字 G20100316 苏食健广审(文)第 2013120146 号 国家食品药品监督管理局 本品不能代替药物 不适宜人群:少年儿童

咨询热线: 025-83223131 中科灵芝专卖地址: 南京市中央路 131-1 号



多国科学家 发现灵芝抗肿瘤奥秘

在悠久的历史长河中,灵芝一直被认为是具有“起死回生”等神奇功效的“仙草”。现代科学研究证明,灵芝含有灵芝三萜、灵芝多糖、灵芝多肽等多种有效成分;具有广泛的抗肿瘤、免疫调节、排毒护肝、抗辐射等多方面的药理作用。

近十年,世界科学家对于灵芝的研究,越来越集中到灵芝的微观领域,尤其是对灵芝三萜的研究。而随着灵芝生物制剂对灵芝三萜醇的集中萃取,我国对灵芝的研究已经深入到分子水平,走在了世界的前列,这也引起了各国科学家对我国灵芝抗肿瘤制剂的广泛关注。

2003年2月,法国科学院院士暨分子肿瘤专家 A-

mu 教授来到中国,带来对我国自主研发的灵芝生物制剂——中科灵芝孢子油的病理实验结果:中科灵芝孢子油中的大量灵芝三萜可提高整个肿瘤治疗和康复期的免疫能力,减少手术创口感染,促进愈合,减少化疗和放疗带来的毒副作用,如:呕吐、脱发、白细胞减少、失眠等。抑制残存的肿瘤细胞,尤其是肿瘤复发的根源 G₀ 期肿瘤细胞,增加体力和新陈代谢,使人体较快速度进入健康水平。

美国印第安那波利斯癌症研究实验室科学家丹尼尔博士则指出:灵芝所含的高度氧化的羊毛甾类衍生物——灵芝总三萜类,即灵芝孢子酸醇及其衍生物(灵芝孢子油)确

有抗肿瘤、抗炎症的积极属性。针对这一学术成果,世界杂志《分子科学》进行了详细的报道。并进一步指出:含有灵芝酸 F 的灵芝总三萜部分在体外实验中发现可限制肿瘤血管形成。灵芝酸 X 可以激活细胞外信号调节激酶和双特异性激酶,从而诱导肿瘤细胞凋亡,促使人类肝肿瘤细胞的死亡。

2010年,加拿大多伦多大学教授杨柏华关于灵芝孢子油抑制肿瘤干细胞研究取得突破性进展。杨柏华所在实验室证实灵芝孢子油能诱导多种肿瘤细胞死亡。其最新研究表明,灵芝孢子油还能选择性地诱导肿瘤干细胞死亡,但对正常细胞没有任何影响。

灵芝孢子油组方 深受肿瘤患者青睐

首个获国家专利的抗肿瘤产品“中科灵芝孢子油”与另一种抗肿瘤制剂——爱特(AT)配成组方后又一次获得国家专利,此组方可以增强中科灵芝孢子油的抗肿瘤疗效,深受肿瘤患者青睐。

放疗是肿瘤临床治疗的基本手段,临床应用十分

广泛但在杀灭肿瘤细胞的同时也会杀死人体正常细胞,会出现恶心呕吐、脱发、白细胞下降、肝功能受损等副作用。临床发现,在放疗期间配合使用灵芝孢子油组方,毒副作用明显减轻,白细胞正常。据了解众多肿瘤患者在治疗和康复期都在服用中科灵芝孢子油组方,他们中

有很多顺利度过五年康复期从而走向临床治愈。许多已经康复的患者还热心的向新病友推荐这个组方。

“在我们这里,中科灵芝孢子油组方是最受欢迎的,肿瘤患者用后普遍反映很好,还会介绍同病房的人服用”,位于中央路 131 号的中科灵芝专卖负责人说。