

现代快报记者
马晶晶 摄

关东煮久煮不烂 是因为有大量添加剂?

专家:不排除这种可能;关东煮不健康,建议少吃

又到关东煮热卖的季节,然而,最近有日本媒体报道,关东煮好吃又煮不烂、沉不下去的秘密,是因为里面有大量添加剂。真是这样吗?关东煮还能不能吃了?昨天,现代快报记者进行了探访。营养专家指出,关东煮里面到底有什么样的添加剂,是不是符合标准?由于看不到配料表,这些无从得知。但专家认为,关东煮属于不健康的食品,建议少吃,尤其是儿童和青少年。

实习生 任珈仪 现代快报记者 张瑜

日媒报道

久煮不烂的秘诀是 磷酸盐、山梨糖醇

关东煮是大家熟悉的街头小吃。最近,日本食品记者郡司和夫在网络杂志《Business Journal》发表题为《关东煮超危险!绝对不能吃!一直浮在汤上很异常》的文章。郡司称,关东煮的美味不是食材原本的味道,一切都是食品添加剂。

据郡司和夫介绍,六七年前他采访鱼浆制品的老店,这家店与大型连锁超商签约,业者要求提供“能够在关东煮汤上漂浮8小时的制品”。而这么做的秘诀在于“添加磷酸盐、山梨糖醇等,就不会沉下去,也不太会因吸收汤汁而变形的”,为此,他呼吁大家正视添加剂的存在,也疾呼关东煮是万万不能吃的食物之一。

快报探访

街头店铺: 店员称“肯定安全” 但说不出配料

昨天,现代快报记者来到南京新街口地铁站内一家卖关东煮的连锁店铺,各式各样的丸子、豆腐等在格子中翻滚,店员会不时动翻转一下串串。这家店生意还不错。

一位店员说,他们是每天现煮的。记者询问,丸子一直在热水中翻滚,为什么煮不烂?店员没有直接回答,只说:“一般不会烂,烂了就不好吃了。”记者想了解具体配料,店员表示没法提供这方面的查询。随后,记者又来到一个街边关东煮摊位,老板说,他家也是每天现煮。“肉丸2块钱一串,是品牌的。”

记者调查发现,一般连锁店都由厂家统一送货,而路边摊是自己进货,当记者想了解产品品牌时,大多商家并不会明示,只说他们的产品“肯定安全”。

供应商: 不变形、不会烂 是因为质量好

现代快报记者在百度输入“关东煮加盟”字样,找到了7.5万多个搜索结果。记者联系了一位销售商,他说,公司的原料都是正规厂家提供。“从我们这边拿货9毛钱一串,你们卖给消费者的话,是1.5元~2元一串。”

记者又问,一直煮会不会变形、烂掉?对方明确告诉记者不要担心。“做关东煮并不是100℃的开水沸腾着煮,而是水烧开后,差不多保持在七八十℃左右,加热就行。我们保证丸子质量,长时间泡着也不变形、膨大,不容易掉串、黏住。”记者问,这是否是添加剂的作用?对方没有直接回答,而是说不变形是因为含肉量达到要求,质量好。

随后,记者又联系到了一位做关东煮加盟的负责人,他的回答跟前一名销售商差不多。



CFP供图

关注

煮不烂是因为添加剂? 专家:不排除这种可能

昨天,现代快报记者采访了几位营养专家,他们都认为关东煮是不健康食品,建议少吃,尤其是儿童。

南医大二附院营养师梁婷婷告诉现代快报记者,“关东煮的营养成分很少,而添加剂成分很多。”她说,至于久煮不烂、沉不下去是否因添加剂的缘故,梁婷婷表示不好说,由于关东煮是直接丸子串串在煮,没有包装等相关介绍,具体有什么成分也不明确,是什么导致煮不烂不好确定。“但食品添加剂确实有不少,像是明胶等添加剂对煮不烂肯定会有有一定的作用。”她说。

江苏省营养学会公共营养师培训办公室主任颜晓东认为,久煮不烂可能涉及丸子肉串的生产环节,因为看不到包装等,所以也不好判断。“不能绝对认为是添加剂的缘故,但也不排除有这样的可能。”

梁婷婷告诉记者,关东煮要在汤里反复煮,首先丸子的营养肯定是有损失的,其次,反复煮,汤里也会产生有害物质,还可能致细菌超标。

中国农业大学食品学院副教授范志红表示,从营养学角度而言,关东煮的营养价值并不高,一来添加剂调味品加得多,二来盐含量太高。

建议

谈“添”色变没必要 但使用上应更加透明

颜晓东指出,如今人们对添加剂很敏感,实际上现在的食品工业中,添加剂是不可或缺的,很多添加剂都是国家允许添加的。

梁婷婷说,“很多食品添加剂是通过肝脏代谢,通过肾脏排出的。”她说,不应该谈添加剂色变。

但是,两位营养师也都提出了同一个问题,那就是食品添加剂的透明使用问题。

梁婷婷说,如果商家在合乎国家规范的情况下添加食品添加剂,也是没问题的,人体可以正常代谢掉。

“但有一些不法商家,可能添加了一些国家不允许使用的添加剂,也不会告诉大家,即便是合乎规范的添加剂,添加了多少,消费者也不清楚。”

梁婷婷认为,目前国家对食品安全的相关规定也在完善,对添加剂的范围更加细化,要求标注明示。“至于用了多少添加剂,可能以后随着法律制度完善,会有进步吧。”

颜晓东也认为,相关部门也要对食品生产、流通领域加强监管,确保添加剂不滥用。

超市里的速冻丸子 标出10来种添加剂

在对街头关东煮的探访中,记者并未了解到关东煮的配料成分表。但跟关东煮类似的肉丸鱼丸等预包装速冻产品,一般都有配料成分表。

昨天,现代快报记者来到新街口附近一家大超市,发现各种速冻丸子卖得很火。

“我经常买,在家烧汤加点丸子就很好吃了。”市民王小姐说,但她对丸子里的成分却没什么概念。“没怎么注意过,大超市卖的一般比较放心吧。”记者拿起某品牌的一袋鱼丸,在配料表中数了下,添加剂一共有10种。另一个品牌的香菇贡丸的外包装上,同样也有10种食品添加剂,记者看到包装上还有一行字:“本产品使用的食品添加剂均符合国标GB2760的规定”。日本媒体提到的磷酸盐、山梨糖醇,在列表中都没有看到。

在这家超市,记者还看到有一种现场制作的手工丸子。正在制作丸子的工作人员说,丸子都是现做的,保证新鲜。”在手工丸子摊位旁,记者看到贴着每种丸子的配料表。记者对比了一下这些丸子,相对于速冻丸子添加剂有10多种,保质期达一年之久,这些手工丸子的添加剂要相对少一些,大概在3种左右,而且只能在0℃到4℃下保存两天。

超市里的速冻丸子也煮不烂
现代快报记者 马晶晶 摄

关东煮

一种源自日本关东地区的料理,通常材料包括鸡蛋、萝卜、土豆、海带、茼蒿、鱼丸、鱼肉或豆制品等。将这些材料分别放在互不相通的铁格子锅(箱)里,用海带柴鱼熬制的高汤小火慢煮,煮好后有人喜吃原味,有人爱蘸酱食用。

延伸阅读

相关链接