



# 10位院士“论稻”：很多人吃米有误区

## 误区1 挑选大米只看外形

### 有些陈米会抛光以次充好 用餐巾纸多擦拭几次可辨别

现如今,为了满足不同消费者的需要,市场上大米的品种越来越多,记者在三亚一超市随机采访了几位消费者发现,除了选择知名品牌外,很多消费者都是通过大米的外观来选购大米。

对此,中国科学院院士谢华安说,现在审定的米质有国优的标准,达到国家优质三级标准以上的都是优质米,大家

可以放心购买。

但市场上没有包装的散米,消费者很难判断品质,建议先少买品尝后再选购。

中国工程院院士陈温福说,从外观来说,有些大米会以次充好,把陈米抹上油进行抛光。这样的大米色泽暗,消费者可以用餐巾纸多擦拭几次,若纸上没有东西干干净净基本就是好米。

## 误区2 大米含蛋白质越高越好

### 蛋白质含量8%到10%较合适 其实含量越高口感越差

在标注的营养含量中,蛋白质越高说明大米的营养越丰富吗?对此,陈温福说,大米不是蛋白质越高越好,我们从大米中摄取的主要是碳水化合物而非蛋

白质。

中国农业科学院作物所所长刘春明说,一般来讲,蛋白质含量8%到10%比较合适,蛋白质含量越高,口感越差。



大米是每个老百姓家中的餐桌必备,巧妇难为无米之炊,挑选好大米学问不少。那么,市场上五花八门的大米品种该如何挑选?哪种米营养最丰富?

以“南繁种世界源,中国稻世界粮”为主题的首届中国(三亚)国际水稻论坛正在三亚举行,包括袁隆平院士在内的10位院士同台论“稻”,记者专访国内水稻顶级专家,解答大众比较模糊的“食米”误区。

据新华社

## 误区3 进口大米比国内大米好

### 其实很多泰国香米是国产大米冒充的

目前,许多来自泰国、越南等国的进口米受到国人追捧,很多人觉得比中国大米好吃、有营养。

中国科学院院士颜龙安说,这不是绝对的,存在片面的消费误区。“市场上有很多泰国香米是中国大米冒充的,但香

味和口感差不多,根本吃不出来。我们国家进口大米,主要是因为国外大米价格低。”

颜龙安介绍说,“口感、营养这些对我们科学家来说是比较容易解决的问题,中国可以在保证粮食安全的基础上,生产出更多绿色优质的大米。”

## 误区4 只吃口感好的大米

### 糙米最有营养,洗米最好只洗一遍

大多数人在购买大米时,都把口感作为最重要标准。刘春明说,这是存在误区的。大米的品质从两方面来看,一个是口感,一般北方人比较喜欢吃粳米,有弹性;南方好多地方喜欢吃籼米,干一点硬一点,做炒饭比较好,这个与营养没关系。从营养品质看,糙米是最有营养的。现在吃的大多是精

米,很多营养都丢失了,但好处是口感好。“目前,女性普遍缺乏锌铁钙,小孩普遍缺乏维生素,一周喝两次紫米、黑米粥的话,营养水平会非常平衡。”刘春明说。

刘春明还建议,洗米一般只洗一遍,因为洗得越多维生素流失越多。现煮现吃最好,尽量不要隔夜再加热食用。

# 11选5翻版《我们爱这个错》 彩民齐声点赞容错功能

“爱你爱我 爱你爱我 我们爱这个错”,这是来自张信哲的一首经典老歌《我们爱这个错》。而在体彩11选5的世界里,歌词完全可以改成这样——“乐四乐五 乐四乐五 我们爱这个错”。

## 苏州彩民错一号喜中iPhone7

### 容错功能太强大了!苏州彩民吴先生发自肺腑地给乐选玩法点了一个大大的“赞”。吴先生是体彩的忠实彩民,他最大的感受就是——体彩一直在惠民利民的路上不断地创新。4月2日,吴先生在25043网点购买了11选5第33期的乐选5彩票,上面赫然出现数

字“8”,当开奖号码一个一个滚动出现在屏幕上的时候,吴先生发现自己错了一个号,以为没希望了,直到电视屏幕出现网点中出手机的信息时,他仿佛如梦初醒,那是自己中的。虽然错了一个号,吴先生2倍的彩票只有200元奖金,然而他还是拿到了梦寐以求的iPhone7手机。

## 南通彩民错一号也中iPhone7

南通的王先生是11选5的忠实彩民,中过11选5大大小小的奖项不计其数,但也经常因为一号之差错过不少奖项,让其很是无奈。3月31日晚,他和往日一样,信步来到了位于港闸区怡居苑附2号楼4号商铺的06081网点,在和销售员的谈话中了解到11选5乐选四、乐选五,错一个号

码也有奖金,顿时来了兴趣。经过细心研究,结合冷热号他最终选择一组号码进行了10倍的投注,合计投入140元,虽然结果选择错了一个号,但是由于乐选五有容错的功能,也中得了1000元奖金,另外由于王先生购买的彩票序列号末尾为8且中奖金额全省第一,幸运地获得iPhone7一部。

## 姜堰彩民错一号照中iPhone7

此次姜堰中奖的幸运儿是体彩的一位忠实彩民,在众多玩法中,他尤其对11选5情有独钟。“容错、易中、奖金高、派奖力度大”是他对现今11选5的最直接的评价。新玩法上线后,他更是经常购买,收获颇丰。4月6日下午,他跟往常一样来到了常去的12817网点,在分析了几分钟走势后,他果断选择了投注乐选五玩法,并进行5倍倍投,在拿到彩

票的第一时间,发现序列号尾数是“8”的他多了些许期待。开奖结果出来后,他命中了5个号码中的4个,顺利将500元奖金收入囊中,而当他正准备进行下期投注时,原本已不抱期望的iPhone7大奖居然也花落自家。得了“意外之喜”,他开心得不拢嘴:“没想到错一号还能收获iPhone7,这充分说明我的眼光没错,乐选玩法——我认定它了!” 苏彩



错号中大奖的姜堰彩民

## 体彩专版

### ●●● 彩市快讯

## 大乐透开2注1600万元头奖

4月12日,体彩大乐透第17041期全国开出2注头奖,且都是1600万元(含600万元追加奖金)追加投注头奖,分别花落福建和江西。本期开奖结束后,奖池滚存至36.96亿元。

数据显示,本期开出的2注头奖分别来自福建和江西,从中奖彩票可以看出,两位大奖得主均采用单式追加投注。福建中出的1600万元头奖出自漳州,中奖彩票为一张3注9元的单式追加投注票,其中1注命中追加头奖。江西中出的1600万元头奖出自抚州,中奖彩票为一张4注12元的单式追加投注票,其中得追加头奖、追加二等奖、追加三等奖、追加四等奖各1注,单票中奖总金额为1647万余元。本期体彩大乐透开奖结束后,将有36.96亿元奖池金额滚存至4月15日(本周

六)开奖的第17042期,提醒广大彩民不要错过投注时机。

此外,为庆祝大乐透上市十周年,回馈广大彩民的支持,大乐透“5亿元大派奖”活动即将盛装登场。派奖规则显示,本次派奖自17044期(4月19日开奖)开始,派奖金额共5亿元,其中2亿元用于一等奖派奖,3亿元用于采用追加投注方式的固定奖(四/五/六等奖)派奖。派奖活动期间,3元最高可中2400万元,3元追加投注中得四/五/六等奖的单注奖金分别为400元、20元、10元,比2元基本投注获得的奖金翻倍。全国性大派奖,一年只等这一回!高达5亿元的派奖规模、普惠大众的派奖政策,4月17日20:10开始销售,4月19日开奖,今年的大乐透“5亿大派奖”,与你不见不散! 国彩

## 《手游天下》新版全明星大赛“金”彩而来

为配合新版全明星大赛的推出,手游彩也为各位老铁们带来了两重好礼。

### 第一重: 奖上奖! 红包快来抢!

玩家参与新版全明星大赛各赛场游戏,符合条件即可获得惊喜嘉奖!

街头赛:单票中奖金额30元及以上,奖励5元红包;本赛场奖池10万,派完即止。

职业联赛:单票中奖金额50元及以上,奖励20元红包;本赛场奖池20万,派完即止。

锦标赛:单票中奖金额100

元及以上,奖励50元红包。本赛场奖池30万,派完即止。

每人每天每个场次仅限3次机会。奖池有限,先到先得哦!

### 第二重: 中大奖! 福气齐分享!

即日起至4月28日期间,每当有用户中得全明星大赛累积奖,于累积奖中出时的“前1小时至中奖后6小时”内有投注(限全明星大赛)的用户均可参与抢红包,红包金额随机发放,最高588元!手气好不好,抢个红包便知道!

苏彩