

辣得不行？来尝尝这些解辣“神饮”

评果
112



口水鸡、水煮肥肠、毛血旺……10月4日中秋节，演员佟大为在微博上晒出了剧组的中秋伙食。不少网友评论说，“看着都辣”。当你的嘴巴遭到辣味攻击，舌头瑟瑟发抖的时候，什么饮料能“救火”呢？现代快报记者特意选择了牛奶、凉茶、可乐、橙汁、豆奶、香醋、冰水、黑啤酒8种传说中的解辣“神饮”——尝试发现，解辣能力最强的是香醋，而啤酒几乎无用。

现代快报/ZAKER南京记者 王益 蔡梦莹



解辣饮料一字排开，测评员在测试可乐的效果 现代快报/ZAKER南京记者 徐洋 摄

实验 香醋最解辣，黑啤最没用

现代快报记者分别找了公认的不能吃辣和特别能吃辣的两人当测评员。他们俩在吃下一份公认超辣的拌面后，分别喝下可乐、橙汁、冰水、香醋、凉茶、黑啤酒、纯牛奶、豆奶，比较哪种“神饮”最解辣。

当特别能吃辣的测评员喝了一大口橙汁后，面露难色地表示，没有感受到“解辣”的力道。同样，他连喝了两口黑啤酒也觉得效果不行，“刚喝下去的时候，啤酒的气泡会麻痹舌

头的感觉。但是当气泡散去，辣味就卷土重来了，比没效果更难受”。

几乎不能吃辣的测评员，咕嘟咕嘟喝下一大口牛奶之后，“解辣效果应该是醋以外最好的”。忍不住多喝了两口。两人都对香醋的解辣能力大加赞赏，“酸味把辣椒的辣味盖住了，比直接吃要好很多”。

两位测评员都认为，效果从好到差排序依次为：香醋、牛奶、豆奶、冰水、凉茶、可乐、橙汁、黑啤酒。

解读 口腔感受到的辣本质上是一种痛

江苏省口腔医院黏膜病科主任医师杨筱荣说，与咸、甜等靠味蕾感知的味道不同，辣是一种灼热痛，是刺激到黏膜细胞后产生的。

王述彬是江苏省农科院研究辣椒的专家，他说，人们通常吃的辣椒中的“辣”是指“辣椒素”。在工作中，王述彬和同事经常会口尝各种辣椒，他们用以解辣的是糖水，就是将白糖兑水，比例按个人口味来调。他说，辣度有具体的数值，现代科学方法用高效液相色谱法，以0-100000单位(SHU)分为十个等级，不过在以前，使用的是斯科维尔(Scoville)检测法。这个检测法是1912年美国一个药剂师提出来的。检测时，就是在一定量的辣椒素中，加入糖水进行稀释，缓和辣感，由试验者进行品尝。不断地加糖，直到他的舌头感受不到辣，这时加入的

糖的浓度就被用来表示辣度。

在测评中，牛奶、豆奶等8种液体，都不同程度缓解了测评员口腔内灼热的辣感，它们是怎么做到的？对此，科普作家云无心的分析是，辣椒素不溶于水，所以水并不是解辣的好办法。牛奶的解辣效果比较好，或许是因其含有大量的酪蛋白。酪蛋白是一种很好的乳化剂，可以很有效地把疏水物质包裹起来带走。有研究显示，低温的全脂牛奶效果最好。与此同时，10%浓度的糖水效果，与5℃的牛奶效果相当。

另外，辣椒素能与油类、酒精和脂肪结合，所以从理论上来看，酒精应该具有很好的解辣能力。但从实验来看，浓度为5%的酒精并不比常温的水更有效，要20%的酒精才会有效，但这个浓度相当于低度白酒，并不常用。

纷呈人间天下事 演绎寻常万般情

本期精彩内容

- 历史秘闻：解放军抗洪：不应遗忘的罪恶
- 社会故事：同居十年进“围城” 同床异梦酿惨案
- 法制故事：尬舞的江滨
- 恐疑故事：民国时结婚凶婚为何爱登报
- 民间故事：电话追凶
- 益寿养生：墨肥膏诱人 先看传言是真是假？
- 健康保健：久坐时“猛起”很要命

订阅咨询热线: 13805189690 封面价2元 全年200元 加发代码: 27-46

欢迎前往全国各地邮局（所）订阅 | 邮局统一零售价：11185（可上门收订）

广告

智慧旅游大管家

中企旅南京国际旅行社有限责任公司 I-TS-1010000

限时特惠 10月30日前报名夕阳红版块内的线路可优惠100元/人
凡是报名本版线路的客人均赠送价值50元华天酒店现金抵用券一张

贵州深度全景双飞8日游
梵净山，高原水乡—镇远，西江千户苗寨，游览贵州双世界自然遗产【小七孔喀斯特地貌】
有着六百年历史沧桑的【青岩古镇】壮美大瀑布【黄果树瀑布】[遵义会议会址]
发班日期: 10月18/23日(南京直飞)
70周岁以上2880元/人,60-69周岁3080元/人,60周岁以下3280元/人

多彩贵州神奇之美一次环游 大牌经典 <全境10日>门票全含,餐全含
梵净山·黄果树·织金洞·荔波小七孔·千户苗寨·遵义·天龙屯堡·镇远等
发班日期: 10月20日
70岁以上1790元/人,60岁以上1890元/人,60岁以下2390元/人

广西·南宁·巴马·德天·通灵峡谷·明仕田园·北海·双卧九日
南海之滨，气候宜人，中越边境，迷人风情
发班日期: 10月22日 1790元/人 景区大门票全含 5早8正餐
焦作·云台山·红石峡·茱萸峰·潭瀑峡·泉瀑峡等

辉县·万仙山·郭亮村·南坪·红岩绝壁·挂壁公路等 景区大门票全含 餐全含
发班日期: 10月16日 590元/人,60岁以上540元/人,70岁以上490元/人

老挝+越南+缅甸+中国西双版纳双卧14日游
发班时间: 10月8/15/22日 2480元 全程零自费！门票全含,餐全含(火车餐除外)
超值赠送下龙湾惊险洞！河内法式三轮车！步行逛河内,36条古街游览时间,保证不留遗憾！超值赠送老挝表演“磨丁秀”！赠送西双版纳大型篝火晚会！

西安兵马俑·华清宫·黄帝陵·壶口·南泥湾·延安·法门寺·礼泉袁家村·大明宫遗址·小雁塔双卧七日(含门票、含四早八正餐)
发班日期: 10月18-25日 65周岁以上1780元/人(65周岁以下+600元/人)
山西全景西柏坡、五台山、云冈石窟、应县木塔、晋祠、王家大院、悬空寺、壶口瀑布、平遥古城、关帝庙、普救寺、鹳雀楼双卧八日(含门票、含五早八正餐,全程不进店)
发班日期: 10月10、15、20、25日 60周岁以上1890元/人(60周岁以下+600元/人)

夕阳红

特价 畅游俄罗斯冰雪9日游 5199元/人

新增班期全年低价 位置先到先得 正点班机 非红眼航班 南京往返
精彩景点:俄罗斯心脏莫斯科+魅力城市圣彼得堡+金环小镇 谢尔盖耶夫镇+女皇村庄园
查里津诺庄园+冬宫+夏宫花园,还有俄罗斯标志教堂 圣瓦西里升天 等任你饱览!

南宁 越南 河内 下龙湾 天堂岛 迷宫仙境 月亮湖 小木船 北海银滩 百年老街双飞六日 无自费 含签证小费 10月10日后
天天发班 1880元/人

A线云和梯田、古堰画乡、仙都鼎湖峰、遂昌千佛山、松阳大木山茶园动车3日游
B线云和梯田、古堰画乡、仙都鼎湖峰、龙泉青瓷小镇、白云岩动车3日游
出发日期: 10月20日 880元/人起
天山天池 吐鲁番 敦煌 嘉峪关 张掖丹霞 兰州四星双飞7日
发班日期: 10月17日 4680元/人 一价全含,无购物无加点,四星住宿
张家界、天子山、袁家界、天门山(玻璃栈道)、世界第一玻璃桥、凤凰古城、墨戎苗寨品质
经典5日游(门票全含,含四早五正餐)
发班日期: 每周三、六 60周岁以下1580元/人(60周岁以上优惠100元/人),70周岁以
上优惠150元/人)
厦门鼓浪屿、南普陀寺、曾厝垵双飞四日游(特别安排金砖会议会址外景,
不含餐,含门票)
发班日期: 10月多班期(中秋国庆假期除外) 999元/人(收客年龄26-70周岁)
恩施大峡谷、土司城、武隆天生三桥、龙水峡地缝双动五日游
发班日期: 10月19日 1899元/人
北京(天安门广场、故宫、恭王府、颐和园、八达岭长城、奥林匹克公园、鸟巢水立方外景、
圆明园、天坛、前门等经典景点)双高五日游
(0购物0自费,门票全含,含四早三正餐,南京派全陪导游)
发班日期: 10月每周二、四(中秋国庆假期除外) 1760元/人
湖北神农架、武当山双动五日游(纯玩不进店,含门票,含四早三正餐)
发班日期: 每周三 60周岁以下2390元/人,60-69周岁2240元/人,70周岁以上1990元/人

