

冬日里,呼朋唤友“吃着火锅唱着歌”是一件美事。而各式肉丸是火锅中不能少的主角。但当你在食用鲜香脆爽的肉丸时,入嘴的那一份口感和香味,很可能是食品添加剂的功效。

# 肉丸的秘密:吃的是肉还是“添加剂合成物”?

近日,记者走访了上海一些肉丸类产品消费集中的地方,发现大量肉丸都是淀粉和食品添加剂混杂了零星肉类而制成。这些“仿肉丸”从何而来,如何制作,食之对人体有无危害?

## “肉丸比肉便宜”的门道

记者日前随意走进上海市区某家麻辣烫店,映入眼帘的就是一个大型的冷藏柜。柜中除了一些蔬菜和豆制品之外,肉类选项中就是以大大小小的各种丸子为主。

这家麻辣烫老板王先生介绍,他们家的丸子品种很多,有蟹肉棒、包心鱼丸、撒尿牛丸、墨鱼丸、香菇贡丸、鱼豆腐等等,同时这些丸子类产品被消费食用的频率也非常高。

这些名义上由各种肉类制成的丸子类,其麻辣烫售价一般是每串2元。麻辣烫小店的老板坦言:“我从农贸市场批发来的时候价格也不贵。至于这些丸子中是不是真的有蟹肉或是牛肉,并不是我关心的问题。我只关心每天能够多卖一些。”虽然并不愿意就丸子的材质过多谈论,但是王先生还是对记者直言,有供应商告诉过他,这些丸子中真正用于牛肉或是蟹肉制作的并不是多数,更多的丸子是用各种各样的食品添加剂调制而成。

对此,许多麻辣烫食客都表示能够理解,“卖这么便宜的价格,肯定不会是蟹肉或是墨鱼做的,我们也只是吃个味道而已。”一位食客的回答非常具有代表性。

业内人士说:传统做法的肉丸成品,因为制作手法和用料等因素,价格肯定要比肉价本身更高。肉丸的传统做法,主要材料是肉(猪肉、牛肉、羊肉、鱼肉),肉的肥瘦比例依据不同风味而调整,一般来说“肥三瘦七”。配料方面,主要是鸡蛋、淀粉、葱、姜、香油、味精、盐及其他各种风味调料。其中,鸡蛋的作用是调节控制肉丸的水分,尤其是在瘦肉较多的肉丸中可以提高肉丸的柔软度和口感,淀粉的作用主要是提高肉丸的保水性、改善肉丸口感,使肉丸不会太硬,并有理想的咀嚼感。

一位专门做手工牛肉丸的老板告



诉记者,传统方法做出来的牛肉丸,目前每斤成本都要比牛肉贵4-5元,再加上人工、材料、运费等等,最终一斤牛肉丸的售价要比牛肉贵大约8元钱。

记者在农贸市场中见到,不少商家都在贩卖散装速冻肉丸。而一斤牛丸或是猪肉丸的价格却往往低于牛肉或是猪肉。业内人士指出,这种“倒挂”现象不正常。要做到让肉的深加工食品比原料还便宜,其办法自然是添加各种替代品,这些替代品正是各种食品添加剂。借助添加剂,一些含肉量很少甚至根本无肉的丸子,吃起来照样可以“肉味十足”。

## 吃肉丸还是“添加剂合成物”?

以开火锅店为由,记者在该市场内走访了多家出售各类肉类香精香料的店铺,“不用肉做肉丸”的方法渐渐浮出水面。

一家专门出售肉类精膏和调味料的老板老张向记者介绍:“出于降低成本的要求,很多制作肉丸的小厂家、小作坊都控制肉丸中肉的含量,而肉含量的减少会导致肉丸出现两个问题,一是组织上会比较松散,缺少肉的弹性,二是风味上缺少肉的风味和香气。”

减少肉量所带来的缺陷,就需要用各种食品添加剂一一弥补。

老张从货架上拿出一包名为“肉味王”的调味料告诉记者:“如果你要自己做肉丸,这个调料是不能少的,它基本能解决香味和口感的问题。”

如果要制作口感或是香味更好的肉丸,则还需要添一点猪肉香精或

是肉精膏。老张的店中主要有两种食品添加剂,一种是调料类的,价格较为便宜,进行勾兑之后能够给汤或是制作出来的肉丸带来不错的口感;另一种是香精类的,价格相对高些,用量也较少,其口感远远比不上调料类的,但是香味则要浓郁得多。

如果想制作其他口味的肉丸,也十分方便,只要在“肉味王”的基础上加上相应的香精即可。老张一边给记者介绍制作方法,一边从货架上拿下制作香菇贡丸的“香菇香精”和制作鱼丸的“海鲜香精”。

老张拿着一瓶一斤装的“肉精膏”给记者算账,虽然这款添加剂要100多元一瓶,但使用很少的量就能做出浓郁的味道,一斤肉精膏能够用卤制1000斤肉。一般情况下,1斤肉丸用成本2角钱的肉精膏就能调出很好的味道。

见记者始终犹豫不决,老张进屋拿了个盆子当场用肉味王和淀粉开始制作丸子。一会儿功夫,鱼丸就在老张手里诞生了。他一边揉搓着手中的丸子,一边告诉记者:“在制作过程中,如果觉得丸子不够Q弹,可以加入少量明胶类的添加剂,便可大功告成。”

虽说老张使用的食品添加剂是按照相关标准生产,是合法的产品。但用这些添加剂揉合而成的“肉丸”是否符合相关标准呢?我国《速冻调理食品》标准中明确规定了“主料肉占比不低于10%”,即含肉量达到或是高于10%及以上的丸子才叫肉丸。这样看来,老张手上的“肉丸”只能算是添加剂合成物。但是目前检测部门无法准确检验肉丸中肉的含量,这就让不法商贩有机可乘。

至于是否需要在丸子中添加一定量的肉,老张坦言还是要看各家店铺的成本情况。

即便丸子中添加了肉,有的肉丸也显得十分奇怪。记者在一些超市冷柜中发现,不少包心贡丸、牛肉丸、鲜虾脆等速冻丸子的配料中都含有猪肉、鸡肉、鸭肉等,但一款台式龙虾丸的配料表中,有鱼糜、水、淀粉、鸡蛋清,和虾有关的只是在食品添加剂一栏发现了“虾提取物”的字样。

(据《21世纪经济报道》)

## “无肉肉丸”是否有害仍是盲点

曾经当过食品添加剂公司首席推销员,并经常帮助各家食品加工厂用最低成本做出好卖产品的日本“食品添加剂之神”安部司,就描述过他参与制作的肉丸。

安部司在他的书中写道:“比方说,我开发的一种肉丸。一个厂商采购了大量的肉碎,就是从牛骨头上剔下来的几乎不能称之为肉的那部分,黏糊糊的,水分多,根本没法吃,只能当宠物饲料。可是它非常便宜。我的工作就是把这些不能吃的肉碎变成能吃的东西。”

首先,放进不能下蛋的鸡的肉馅,以增

加分量。养殖的鸡有蛋鸡和肉鸡。肉鸡主要是吃肉,而蛋鸡主要是吃它下的蛋。蛋鸡和肉鸡的肉差别就很大,价格也不一样。而且这里用的是已经不能再下蛋的鸡肉,价格就更便宜了。接着,加入大豆蛋白,以做出柔软的感觉。这种大豆蛋白又称作“人造肉”,还用来做便宜的汉堡。光这样还不行,因为没什么味儿,于是又加了大量的化学调味料。

为使口感嫩滑,就需使用猪油、加工淀粉;为便于机器批量生产,就使用黏着剂、乳化剂等;为使颜色好看,就使用着色剂;为延长保

质期,就要用防腐剂、PH调整剂;为防止褪色,就得靠抗氧化剂——这样,肉丸就做好了。

安部司回忆道,整个肉丸的生产过程使用了二三十种添加剂,可以说,最终的成品是“丸子状的添加剂”。安部司指出,其使用的添加剂都是完全遵照国家规定的剂量标准放入,但如果一次同时摄取若干种添加剂会怎么样,“复合摄取”的研究依然是个盲点。也就是说,同时摄取很多种添加剂有无危险性、危险性的大小等,只能由消费者们来承受。

(据大渝网)

## 食品添加剂滥用有害

对于食品添加剂,许多人至今“谈虎色变”。近几年来,由于添加剂引发的风波不断出现,比如大米、面粉里加增白剂,三黄鸡上涂黄色素,枸杞用红色素浸泡,在变质的肉制品中添加防腐剂、香料掩盖异味,往牛奶里添加三聚氰胺等等。

食品安全专家、国际食品包装协会常务副会长兼秘书长董金狮认为,食品添加剂可以防止食品腐败变质,保证食品的长距离运输、贮存和供应,同时还可满足不同消费群体对食物色、香、味的追求。在现代食品加工生产中,食品添加剂不可或缺。但过量摄入,便会危害健康,所以企业要有良心、要严格按照国家规定使用。

上海市食品添加剂行业协会秘书长吉鹤立指出,消费者对食品添加剂“不必惊慌”,尽管不少食品的配料表上有长长一串的食品添加剂名单,但其含量只有食物总量的1%到2%,而一些香精含量更是只有0.1‰或0.2‰,几乎可以忽略不计。比如棒冰、冷饮中可能有一二十种添加剂。如果没有它们,冷饮就做不成了。尽管如此,一个不可忽视的现象是:长期摄入食品添加剂,是否会对人体形成潜移默化的健康威胁?

董金狮说,长期食用富含添加剂的食物会对人体健康带来危害。比如常见的几种食品添加剂,如果过量摄入,就可能有不利作用:防腐剂苯甲酸,可能会致使肝损伤;护色剂亚硝酸钠,功能是使肉制品色泽红润,但是长期过量后可能导致血管麻痹;再比如增味剂谷氨酸钠,功能是使食物味道鲜美,但是长期过量后可能导致抵抗力下降;还有甜味剂甜蜜素,可能影响到肝脏和神经系统;酸味剂柠檬酸会使儿童容易兴奋,或者使得成年人易患肌肉痉挛。

有统计显示,全世界每年患癌症的500万人中,约有50%是食品污染造成的,其中有一些污染源就是来自食品添加剂。

董金狮表示,现代人选择食品的时候,常要求色、香、味俱全。为了迎合这一需求,商家在食品制作加工过程中有时会滥用食品添加剂。如2011年4月初,央视《消费主张》节目曝光,在上海市浦东区的一些华联超市和联华超市的主食专柜销售同一个公司生产的高庄馒头、玉米馒头和黑米馒头。染色馒头中掺有“防腐剂山梨酸钾、甜味剂、甜蜜素和色素柠檬黄”。按照相关规定,允许添加甜蜜素和柠檬黄的食品中不包括发酵面制品,而山梨酸钾在标准中只被允许用作胶基糖果的抗氧化剂、防腐剂。

由于食品添加剂问题而导致食品出现不合格,可大致归为三种情况:一是故意添加,且添加剂量过高。如有的企业为延长保质期,过量添加防腐剂;二是企业“秤”不准。如有的企业计量设备简单陈旧,由于没有精确的计量设备,很容易出现超标情况;三是添加不允许使用的非食用化学物质如苏丹红、三聚氰胺等。

(据腾讯网)