

>>记者调查：
市面上有植物奶油和动物奶油两种

市面上有两种奶油，植物奶油和动物奶油。植物奶油提取自大豆等植物油，混以水、盐、奶粉等加工而成，植物油转化成植物奶油需要一个氢化过程，在这个过程中，会产生反式脂肪酸，危害人体健康。但是，从牛奶里提取奶油，成本高，不好打发。即使打好后，裱花也很容易瘫软下来，不好成型。而且动物奶油闻起来没有甜腻的香味，保质期较短。所以不少商家选择使用植物奶油。

市面上被广泛使用的植物奶油有维益金钻植物淡奶油、爱护牌植物淡奶油，二者的价格均在20元一升左右。动植物混合奶油有维益和牧动植物混合奶油、乔艺800动植物混合奶油，二者的价格在30元一升左右。动物奶油有安佳动物淡奶油、蓝风车淡奶油，二者的价格在50元一升左右。

据东营东城银座米菲尔烘焙蛋糕店的裱花师邱富波介绍，1升动物奶油能做1.5个8寸奶油蛋糕，而1升植物奶油能做3.5个8寸蛋糕。考虑到蛋糕成本和奶油的打发、塑形等问题，只有少数蛋糕店会选择使用动物奶油。

那么，除了通过价格来鉴别动物奶油蛋糕和植物奶油蛋糕，还有哪些方法呢？

>>实验地点：

东营东城银座米菲尔烘焙蛋糕店
实验员：裱花师傅邱富波。

>>实验过程：

●实验一：

等量的奶油，植物奶油打发量更多

邱富波选取了在市面上常见的3种奶油：爱护牌植物甜奶油、维益和牧动植物混合脂奶油、蓝风车动物奶油。爱护牌植物奶油-18℃冷冻保存，取出一瓶冷冻好的爱护牌植物奶油，整体呈奶白色，如同小布丁雪糕。维益和牧动植物混合脂奶油-18℃冷冻保存，乳黄色，具有甜腻的气味，跟电影院里售卖的爆米花气味相似。蓝风车动物奶油需2-8℃冷藏保存，不可冷冻，因为冷冻后会使奶油油水分离。

邱富波分别从三种奶油中选取0.5升开始打发。5分钟后，爱护牌植物甜奶油已经被打发好，奶油质地细腻，颜色呈奶白色，吃起来甜腻爽口。维益和牧动植物混合脂奶油质地不如前者细腻，呈乳黄色，甜腻的味道格外重。而蓝风车动物奶油很难被打发，状态稀薄，质地也比较粗，其中有不少小气孔，呈乳黄色，尝起来味道清爽，有牛奶味。将3种奶油，分别倒入盘子中，可以明显看出植物奶油比动物奶油多将近1倍。

邱富波说，由于动物奶油奶味重，甜味淡，为了调味，在平时使用的时候都会添加白砂糖。这个实验表明，可以通过颜色和气味来鉴别奶油种类，动物奶油因为含量油脂，所以是天然带些黄色的，植物奶油是纯白的；动物奶油牛奶味重，甜味淡，植物奶油的香味来自香精，感觉“甜腻”。

喜欢吃蛋糕的朋友 这篇信息您得看看

植物奶油产生的反式脂肪酸对身体有害

本报记者 孙娜娜



将三种不同品牌的等量奶油(从左到右依次为动物奶油、动植物混合奶油、植物奶油)进行打发,用同等时间,植物奶油打发的奶油体积最大。 本报记者 刘海滨 摄

●实验二：植物奶油更易塑形和保存

邱富波分别用打发好的奶油做了3朵玫瑰花，植物奶油和动植物混合脂奶油很容易塑性，动物奶油塑性后，花瓣上已有许多气孔。2个小时后，用动物奶油裱好的玫瑰花底部开始溶化。15个小时后，3朵玫瑰花出现不同程度的“发泡”，植物奶油最轻，变化小；动物奶油裱好的玫瑰花已经瘫软在蛋糕盒上。

邱富波说，您买到的真的是动物奶油，那么蛋糕只能在2-8℃的环境下维持原形，否则像这样的夏天，“奶油早就化了”。

>>专家答疑：反式脂肪酸对人体有害

江南大学食品专业博士生田甜告诉记者，反式脂肪酸很难被人体消化，容易导致生理功能出现多重障碍，是一种完全由人类制造出来的食品添加剂，是人类健康的“杀手”

主要表现在：降低记忆力。导致发胖，反式脂肪酸容易在腹部积累，导致肥胖。易引发冠心病。容易形成血栓。脂肪酸会增加人体血液的黏稠度和凝聚力。怀孕期或哺乳期的妇女，过多摄入含有反式脂肪酸的食物会影响胎儿的健康。影响男性生育能力。反式脂肪酸会减少男性荷尔蒙的分泌，对精子的活性产生负面影响。

反式脂肪酸总是披着各种“外衣”泛滥在市场上，以繁多的代名词“迷惑”消费者，比如人造脂肪、人造黄油、人造奶油、人造植物黄油、食物氢化油、起酥油、植物脂末、代可可脂、奶精等。因此，人们在超市里购买食品时要注意看清标签说明，在购买蛋糕时先尝尝蛋糕的口感和味道。



三降食品——苦荞面

本报记者 任小杰

“回头客”连续两天购买送亲朋

前几日，在黄三角早报社，一位60多岁的老太太购买了6袋苦荞面后，隔上两天后又来到报社购买了12袋苦荞面。

连续购买了两次，吸引了报社工作人员的关注。这位老太太告诉销售人员，自己患有糖尿病，以前吃过谷养源苦荞面，感觉效果不错。这次看报纸上说，报社和药店里都有卖的，她就买了6袋。后来，她想起自己的好邻居也有糖尿病，她就打算再买一

喝酒较多可吃苦荞面护肝养胃

一市民表示，因销售业务需要，他经常喝酒应酬，时间长了出现了胃疼等症状。

“医生建议我可以通过食疗养胃，从而治好胃疼的症状。”这位市民称，通过四处打听食疗方法，有人给他推荐吃苦荞帮助保肝护肝养胃，看到报纸上刊登的购买电话，他赶紧打电话咨询并买苦荞面吃。

孩子长身体适合吃荞麦面条

“我们家老人吃了苦荞面，降血糖、降血压效果不错，但我们想知道正在长身体的孩子可不可以吃苦荞面。”针对市民的这个问题的，谢慧诚表示，苦荞的蛋白质比大米和面粉都高，尤其是成长过程中的儿童，可适当吃一些谷养源牌苦荞面，其中的赖氨酸和精氨酸的营养成分会让父母们都惊讶于孩子的高长速度和聪明程度。苦荞面中的高膳食纤维，含量达到1.6%，是普通米面的8倍之多，具有整

次送给好邻居也试试。

家住东营区的孙先生也是谷养源苦荞面的“铁杆”粉丝。看到报纸后，5月28日上午，他便打电话，咨询销售苦荞面的地点，他来黄三角早报社买到了心仪的苦荞面，并一次购买了9袋。

山东绿时代食品有限公司的工作人员告诉记者，他们在销售的过程中了解到，购买苦荞面的大都是他们产品的“铁杆”粉丝。

山东绿时代食品有限公司总经理谢慧诚介绍，苦荞被誉为“五谷之王”，三降食品(降血压，降血糖，降血脂)苦荞中含有黄酮类物质，其主要成分为芦丁。芦丁含量占总黄酮的70%—90%，芦丁又名芸香甙、维生素P，具有降低毛细血管脆性，改善微循环的作用，在临床上主要用于糖尿病、高血压的辅助治疗。

肠通便，排除体内毒素的良好功效，是人体消化系统的清道夫。

“虽然孩子在成长期间适合吃苦荞面，但最好不要天天吃。”谢慧诚说，苦荞面吃的时候很方便，就像平时吃面条一样，开锅后，将苦荞面下到锅里煮4分钟后，就可以吃了。煮出来的苦荞面并不苦，只有粗粮的清香。同时，苦荞面可以用作凉拌面、炒面、卤面等，不仅不粗糙，而且口感爽滑。

东城社区销售地址：

- 顺泰超市(大渡河路阳光100南门)
- 平价超市(东四路原香小镇)
- 便民服务超市(惠园小区)
- 可儿超市(科达农贸市场)
- 人人乐超市(辽河路金鸿花园南门西侧)
- 兴隆批发(辽河农贸市场A325最北边东侧)
- 佳旺超市(黄河路万达丽日北门东侧)
- 盛泽超市(沂州路金水南区东门北侧)
- 瑞泰超市(沂州路金水南区东门南侧)
- 佳合超市(运河路与胜利大街路口东路北)
- 丽景超市(金辰街丽景国际北门西侧)
- 尚府超市(温州路凤凰国际城西门南侧)
- 凤祥超市(温州路胜宏尚郡东门南侧)
- 梓成超市(小清河路锦华南区)
- 天阳超市(大渡河路丽景国际南门)
- 明潭超市(淮河路水城国际门口)
- 瑞泰超市(淮河路永兴花园门口)
- 丽莎蛋糕(东二路与大渡河路乐购商业内街5-5号)
- 安慧超市(安慧西区小区内)
- 特惠超市(运河路东凯小学西150米)
- 家家乐超市(运河路金水市场对面)
- 诚峰烟酒(东城淮河路与胜利大街交叉口往东50米路南)
- 辽河路超市(东城海河小区农贸市场)
- 爱群超市(东城明月小区明月市场东门)
- 恩光超市(沂河路玉苑小区)
- 好邻友超市(沂河路辉煌庄园)



咨询电话：0546—8328586 招商电话：15006867667

销售地址：

东城：府前大街75号黄三角早报社二楼210室 胜大超市锦华店药品专柜 仁心药店(东城淮河路236号安兴南区北门早市对面)
西城：民康大药房(西四路海通大厦一楼) 胜中药店(西三路区三中北100米) 春天平价大药房(淄博路西三区胜大超市西100米)
广饶：明月中心药店(广饶县人民医院向北20米路东广饶) 利津：康乐药店(利津银座北30米)
河口：胜利第二药店(河口商场街银座(德克士)对面) 垦利：祥花保健(垦利振兴路农行西邻)