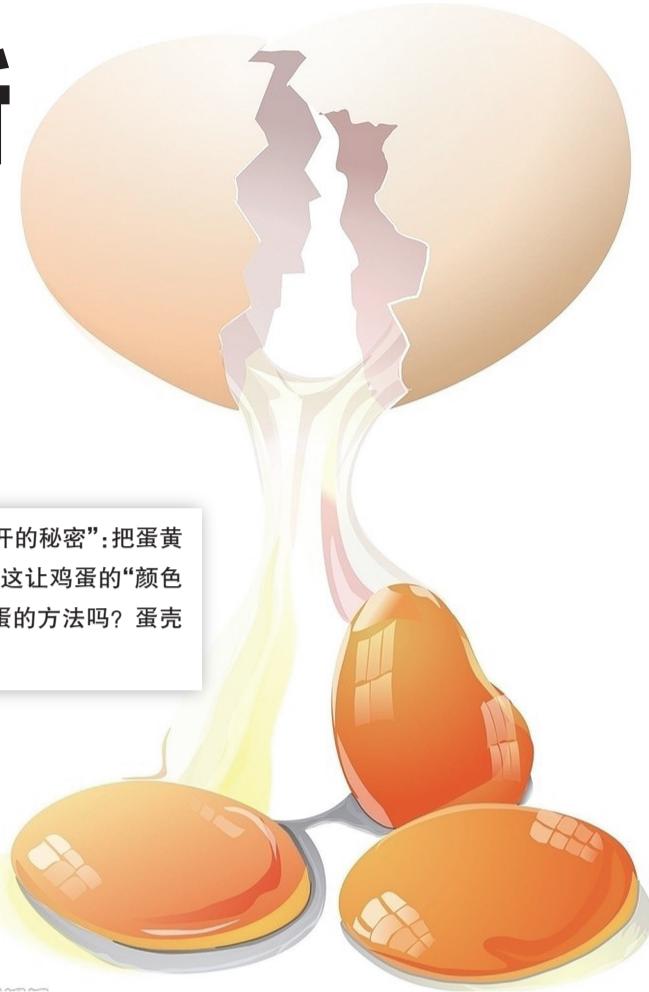


用颜色判断鸡蛋营养？不靠谱

前段时间有位全国人大代表透露，养殖业内有个“公开的秘密”：把蛋黄精拌在鸡饲料里，能让产出的蛋黄多，看起来像柴鸡蛋。这让鸡蛋的“颜色问题”又一次进入人们的视线。蛋黄颜色深是判断柴鸡蛋的方法吗？蛋壳颜色到底是红色还是白色好？



蛋黄颜色深不一定是柴鸡蛋

鸡蛋在母鸡体内形成的时候，脂溶性色素随着脂肪等物质沉积在卵母细胞周围，提供蛋黄的颜色。叶黄素是其中的代表，它是一种类胡萝卜素。动物自身并不能生产类胡萝卜素，只能通过食物链获得，蛋黄的颜色就来自于鸡的食物。

对于纯放养的鸡，它能摄取多少叶黄素完全决定于放养环境，比如夏季能采食到青草、昆虫等蛋黄颜色就会较深，冬天大雪覆盖时如果鸡吃的食中叶黄素不多，蛋黄颜色就会偏淡；而

笼养、规模化饲养的商品蛋鸡摄取的叶黄素取决于饲料。由于黄色较深的鸡蛋更符合人们的需求，因此饲养者通常会视情况额外在饲料中添加叶黄素，使鸡蛋“品相”更好一些。现代商品蛋生产体系中，会借助罗氏比色卡将蛋黄颜色分为15级，适合作为商品出售的应该达到8级以上。因此，只凭借蛋黄颜色很难区分是不是柴鸡蛋。另外需要注意的是，类似“柴鸡蛋”“土鸡蛋”这些概念都是没有国家标准的，也无法检测判别。

叶黄素能改变蛋黄的颜色

人大代表提到的“蛋黄精”，此前并未见过报道。如果它是饲料级叶黄素的话，就不是非法添加剂，而是一种“饲用着色剂”，可见于我国颁布的《饲料添加剂品种目录》。它也经常用于食品着色。

合格的饲料级叶黄素应是从万寿菊中提取出来的。如果是化工合成的则不合规范，因为就目前的技术手段还很难完全消除其它产物和溶剂残余，不适合用作饲料。而前几年曝出的“苏丹红”等工业级色素则是对人的健康有害的非法添加物。非法的饲料添加剂需要

严厉打击。

当然，除了提纯的饲用着色剂，许多天然饲料原料也可以用来补充叶黄素。饲料中最主要的成分——玉米粉就富含叶黄素，但叶黄素不仅存在于黄色原料里，草粉（如苜蓿粉）、藻粉等都是改善蛋黄颜色、提供蛋白质的良好原料。

我国农技人员在巴西曾发现过整舍鸡的眼睛发红，打听得知是为了改善蛋的品相喂食了辣椒粉，这也是合格的天然着色剂，兼有营养功效，当然眼睛发红是因为喂得太多了。

蛋黄颜色深浅营养没差别

很难从蛋黄颜色判断鸡蛋的营养价值是不是更高，它们只能体现出色素的差异。叶黄素本身的营养价值微乎其微，虽然同属于类胡萝卜素家族，但它不能像它的兄弟胡萝卜素那样转化为维生素A。实际上，这也是用它作为饲用着色剂的一个原因，因为不会引起维生素失调。有资料显示叶黄素作为一种抗氧化剂，有利于防止视网膜黄斑退化，但目前对于它的实际功效究竟如何，还没有确切结论。同时，叶黄素广泛存在于蔬菜水果中。

退一步说，即使某个深色蛋黄的確是因为放养而形成，它与笼养蛋的营养也不会有

值得注意的差别，更不会有特殊的保健作用。相反，由于商品蛋鸡的饲料、饲养管理都是经过严格规划过的，它所产出的鸡蛋质量会更稳定。至于蛋黄精“吃了使鸡每天都生蛋”，则根本是无稽之谈。现代饲养体系下，母鸡在产蛋高峰时自然就可以达到平均每天产蛋0.9个以上，这依赖于良好的品种和精心的饲养管理，色素对此是毫无帮助的。

理论上，摄入过多叶黄素会对肝脏造成负担，但日常食用鸡蛋是不会达到这么高的剂量，它们只是沉积而已。我国传统的“三黄鸡”就是脚胫、骨骼、体脂等部位沉积的色素较多。

母鸡基因决定蛋壳颜色深浅

老辈人喜欢买“红皮鸡蛋”，认为比白壳鸡蛋营养好。但现在又有说法称土鸡蛋都是白壳蛋，是这么回事吗？

蛋壳的颜色来自于鸡蛋在母鸡生殖道内的最后一个加工过程——子宫上皮分泌的色素均匀涂抹在白底的蛋壳上，如卵卟啉提供褐色，胆绿素提供绿色。具体分泌什么色素首先取决于母鸡的基因型，它受常染色体上两个基因位点控制；其次与母鸡的饮

食、健康等后天因素有关，个体差异也不小。可以确定的是，单凭壳色不能确定是否为土鸡所生。

由于蛋黄、蛋白形成于蛋壳之前，因此蛋壳颜色无法直接影响鸡蛋的营养成分。但它们可以同时受到母鸡基因型和个体素质的影响，因此对于不同色系的蛋，其蛋重、组分可能会有所差异；对同一色系的蛋来说，也可能有一些鸡蛋会出现蛋壳颜色较浅，蛋白也较少的现象。

电动自行车不能过量充电

制动性能不合格，将会影响电动自行车的行驶安全；电动自行车过量充电存在安全隐患……，有关专家为你支招：

●最高时速是关键性指标

方便快捷的电动自行车成为现今不少工薪族外出首选的交通工具，但与此同时，电动自行车带来的安全问题也不容忽视。专家介绍，目前我国电动自行车产品标准执行的是1999年制订的版本，根据该版本的规定，最高车速、制动性能、车架/前叉组合件振动强度成为判定电动自行车是否合格的关键性指标。

而浙江省质监局此前公布的电动自行车质量抽查结果来看，80.6%的总体抽样合格率也显示出，电动自行车依然存在较多问题，不合格的原因主要集中在最高车速、车

架/前叉组合件振动强度、反射器等几个方面。

●反射器最易被忽略

在电动自行车的34个检测项目中，最高车速最受关注，电动自行车车速过快不仅令其他交通参与者反感，也给交通安全留下隐患。相比较最高车速，消费者对于车架/前叉组合件振动强度这一指标就显得陌生了许多，专家介绍，该项目简单说就是考核车架/前叉的强度，如果该项目不合格，就有可能导致骑行者在正常骑行中因组合件断裂而发生人身伤害事件。根据国家标准规定，车架/前叉组合件经7万次的振动试验后，车架各部位不得有破损、明显变形或松动。

在浙江省质监局的抽检中，不合格批次最多的项目



生活提示▶▶

猪肉发出蓝色荧光不要食用

在国内几次针对猪肉、鱼肉发光事件的鉴定中，鉴定人员发现鱼体、肉体上的荧光随着放置时间增长而出现亮光区域扩大的现象，且发光部分主要是瘦肉部分发出荧光，相对而言脂肪部分几乎没有。

在这几次鉴定中，将发光物采样，提取其中的菌类并进行纯化，可以得到一种革兰氏阴性杆菌，与自然界中的明亮发光菌、发光杆菌高度吻合，这些菌类就是发光杆菌，肉的荧光就是它们的代谢产物发出的。国外也有许多类似情况发生。

发光杆菌在海洋中广泛存在，有海洋生物具有持续发光的技能，其中一些也是靠着与发光杆菌共生来实现的。不仅买回来的海鱼中经常出现因感染发光杆菌而在黑暗中发光的情况，猪肉也可能因为在运输、销售、加工过程中受到污染而感染该类细菌。

吃夜光猪肉确实要承受心理压力。毒性测试表明这种阴森的发光蛋白本身对人体无害，发光杆菌加热到70度也可以很快被杀死，临幊上也尚未出现因食用发光畜肉、鱼肉导致发病的案例。但是，由于发光杆菌原本就是环境中的杂菌，它的出现也暗示着猪肉可能在储存或者运输过程中沾染了细菌，而其他未知的细菌存在多大的风险，是很难确定的。

所以已经发现猪肉出现了荧光，还是尽量不要食用了。

春日慎防冰箱变病菌温床

又是一年春雷乍响、春雨淅沥的时节，到处温暖而潮湿，而此时各类细菌也最易肆意繁殖。存储食物的冰箱虽有保鲜功能，但并不能阻绝细菌生长，如使用不当反而可能成为滋生细菌的温床，不经意间“中招”。

就冰箱的存储原理而言，它因温度偏低可以放慢微生物生长繁殖的速度，但却并不能杀灭微生物。大部分微生物最适宜的繁殖温度在37℃左右，部分能在20℃以上迅速繁殖，尽管在10℃以下绝大多数微生物生长缓慢，但仍有部分细菌可在较低的温度下存活甚至繁殖。因此不合适的贮藏温度、食物温度过高、生熟食物交叉存放等，均可能不同程度影响冷藏效果，从而降低冰箱的“保险系数”。

冰箱冷藏室的温度，一般在4—10℃之间，因此为避免冰箱的温度过高或过低，最好在冷藏室放一个温度计，以适时监控温度是否在这一区间内，从而便于及时调整。用户在存放生熟食物时，宜生熟分开放置以避免交叉污染，而用保鲜盒或保鲜膜分装存放的效果更好。烹调后的食物既不宜立即存放，也不宜放置过久才存进冷藏室，而应待其冷却至室温时即应放入。因为前者不利于环保节能和延长冰箱使用寿命，而后者则存在细菌滋生或变味变质等风险。

从冰箱中取出的食物，同样不宜立即加热，而应在室内放置一会儿，等其略微变温后再加热，而且需彻底加热，加热时间最好在15分钟以上。毕竟此类食物有一个逐渐升温的过程，而从4—40℃恰好是细菌繁殖的适宜温度，逐渐加热等于给细菌造成了一个繁殖的良好环境，人一旦吃了加热不彻底的剩饭菜难免拉肚子。

此外，要适时清理冰箱，保持冰箱内部干净也有助于防止细菌滋生。

洗洁精错误使用会带来伤害

洗洁精作为家居清洁好帮手，可以有效去除餐具等物品的污渍，但其主要成分是烷基磺酸钠、脂肪醇醚硫酸钠等化学成分，若不正确使用，也会对人体带来危害。

有关专家提醒，传统洗洁精所含化学成分都是对人体低毒甚至无毒无害的，但由于合成原因，难免产生少量中间体杂质，加上成分复杂，可能含有有毒物质，所以要使用正规厂家的洗洁精产品。

消费者在选购洗洁精产品时，应检查有无国家有关质量认证标志，是否有商标、厂名、执行标准和保质期等，合格产品应该无异味、黏度适中、无分层、无悬浮物。

在使用洗洁精浸泡洗涤时，最好将洗洁精用水稀释200倍至500倍，浸泡时间以2分钟到5分钟为宜，并用流动清水冲洗干净。用后要避光常温保存，阳光强烈照射会使温度升高，加快产品氧化速度。

此外洗洁精可以洗涤衣物局部部位，但当中所加入的氧化剂对某些纺织品也可能会产生负面影响，导致掉色、变色甚至破损等情况。

专家表示，当前洗洁精大多为中性，对皮肤刺激作用主要体现在脱脂上。去污能力越强，脱脂性越强。过长时间接触，皮肤分泌的油脂被洗掉，会导致皮肤干燥，角质层老化脱落等，严重的还会有过敏反应。

（本版综合稿件）