

## 各领域权威专家解读

# 食物为啥没以前吃着香

“黄瓜没有黄瓜味了，西红柿没有西红柿味了，排骨不如以前香了，鸡汤和牛奶也不像从前那么香浓了。”身边很多人都曾有过这样的感慨。如今，生活富足、科技发展，我们已经远离了为填饱肚子发愁的时代，但很多食物似乎失去了记忆中的味道。和大家一样怀念这些味道的营养、食品专家，帮我们找出了食物不如以前吃着香的原因。

### 果蔬：缺了“天然味”

果蔬长得越来越漂亮了，可味道却和以前相差甚远，为什么果蔬越来越没味？国家蔬菜工程技术研究中心研究员何洪巨表示，这是由多种因素导致的。首先，现代化农业生产大大增加了果蔬产量，并缩短了果蔬的生长时间。比如，10年前，1棵梨树可以产梨70公斤左右，但现在1棵树可收获超过150公斤。这种做法虽算不上揠苗助长，梨的个头也更大，但无疑影响了其中糖、有机酸和芳香类物质的含量，显得不那么香甜了。其次，为了便于运输、储藏，现在的果蔬通常要提前采摘，和自然成熟的比，它们

的味道稍差。最后，果蔬味道变差还可能跟基因突变有关。科学家对西红柿进行基因组测序发现，现在那些色彩艳丽的西红柿有个关键基因失活，导致其味道不如以前鲜美和酸甜。

还有一点不可忽视的是，长期吃添加各种调味剂的食品，让我们的味觉“钝化”，不再像以前那样能敏感地尝出果蔬的口味。

### 牛奶：少了“青草香”

在很多人的印象里，以前的牛奶是“香浓”的，而现在的牛奶却“淡而无味”。美国普度大学农业与生物系食品工程专业博士云无心指出，除了以前物质匮乏，食物在记忆中显得更美味的因素外，牛奶的味道确实“变淡”了。

牛奶的“浓”有两层含义，一是香味浓郁（内容），二是黏度高（形式）。奶的味道，与奶牛吃什么密切相关。以前的奶牛大多以吃青草为主，因此奶中有股“青草香”。现代工艺往往给奶牛准备了标准化、精心调配的饲料，导致奶味可能显得没那么足。此外，挤奶环境、灭菌方法、奶牛喝水和清洗所用水的酸碱度等，

都可能影响牛奶的最终香味。

对于黏度变小这一点，中国农业大学功能乳品重点实验室博士胡长利解释说，现在的牛奶都经过了“均质”处理，把大颗粒的牛奶脂肪打碎成小颗粒，使得脂肪不容易上浮，同时使牛奶变得不如以前“黏稠”。

### 肉类：没了“年代感”

与果蔬和牛奶类似，肉类似乎也不如以前香了，还不如以前有嚼劲。中国农业大学食品科学与营养工程学院副教授李兴民表示，以猪肉为例，2个因素影响了现在肉类的口感。

一方面是品种的原因。土猪的生长缓慢，但肉的脂肪含量高，香味更好，但现在一般养殖的都是瘦肉型猪，成熟快、脂肪少，因此口感变差。

另一方面，养殖方式的改变也导致猪肉口感变差。过去养猪一般8个月到1年后宰杀，周期较长，猪肉的肌纤维较粗、筋腱多，嚼劲更大，而现在的猪一般5个月左右就出栏宰杀了。养殖过程中如果给猪喂了味道较大的饲料，也可能让猪肉的味道发生改变。

## ► 饮食

### 这样吃牛肉营养才充足

★吃牛肉经典搭配。1. 巧克力、土豆：优点是既可以增加能量，又可以增加蛋白质。缺点是容易增肥。2. 番茄：优点是能有效抗衰老，好吃还不容易增肥。3. 山楂：优点是能让牛肉很快炖烂，口感也好。

★平时运动锻炼少，不要多吃牛肉。

★有痛风病的人不能喝牛肉汤，如果近期痛风没有急性发作，可以偶尔吃一点牛肉。

★如果脾胃不好、有胃肠炎的话，最好不要吃牛肉。摘自《新浪健康》

## ► 养生

### 秋燥护眼就喝六一汤

广州中医药大学附属第一医院眼科黄仲委教授提醒，秋燥时节，特别是患有眼病的老人，用眼更要“悠着点”。

在生活、工作中要注意心态乐观，减轻生活和工作压力，不宜太疲劳。日常可用枸杞子、菊花、龙眼肉适量泡茶喝。此外，叶黄素是眼睛黄斑区不可缺少的重要营养素，应适当补充富含叶黄素的药物或食物（如玉米、胡萝卜、菠菜、西红柿、芒果等）以保护黄斑区。

他同时为老年朋友推荐一个亦汤亦饭的“六一汤”。“六一”的意思是食材里有六个“一”。具体做法为：胡萝卜一根，马铃薯一块，玉米一根，西红柿一只，薏米100克，去皮鸡胸脯肉一块。加水适量煮好后，添食盐少许，即可食用。此汤色彩鲜艳、美味可口，有健脾益气明目、滋润养颜的功效，是较理想的养护黄斑的饮食辅助食疗。摘自《信息时报》

## 三叉神经痛 国药“颅痛宁” 治一个好一个

三叉神经痛号称“天下第一痛”，患者风寒入脑，导致头面神经间异常放电，产生刀割、火烧、针刺或触电样剧痛。传统卡马西平等西药依靠麻醉神经暂时止痛，易导致白细胞大量减少，并引发中风等严重疾病……

我国“治疗三叉神经痛第一人”卢芳教授历经20年成功研制OTC国药

——颅痛宁，是我国唯一专治头痛、牙痛、脸痛的中成药，通过“疏通经络—驱风排寒—修复神经”直指三叉神经痛病根，疗效快速。颅痛宁自上市以来，服药病友普遍反映，没想到多年的三叉神经痛仅服一月左右就解决了疼痛。

颅痛宁：全国独家新药，国家20年专利保护，已治好很多患者，尚未见无效病例

报告，被誉为“专治三叉神经痛第一良药”。

好消息：即日起买5送1特惠活动咨询热线：0551-62837282（市内免费送货）地址：合肥普济药房（市府广场）益民诊所（大钟楼与环城路口向西100米）淮南仁济（润丰宾馆旁）安庆宝芝灵（116医院对面）阜阳华利（三里小学旁）六安大别山路50号药房 蚌埠工农药房（工农路9号）。

# 打工小伙10元自选号码中奖557万

选号全凭“自己看着顺眼” 兑奖后欲发行做生意

10月14日晚，双色球第2014119期开奖，在广东省东莞市打工多年的张先生花了10元自选5注双色球号码，幸运擒得双色球头奖，收获奖金557万多元。一夜之间，张先生从一个月收入三四千元的打工仔变身百万富翁。

据张先生说，他是一年前开始接触福利彩票的，虽然他对双色球的游戏规则并不怎么了解，但是他觉得买福利彩票，就是在做善事。能中奖固然好，没中也能帮助到身边需要帮助的人。就这样，从那以后张先生几乎每期都买双色球，每次都买10元左右。

“没什么技巧，走势图也看不懂。每次都是选择自己看得顺眼的号码。”张先生说，14日下午，下班后花了10元钱选了5注自己看着顺眼的号码。当晚10点多，张先生的朋友上网查看开奖公告，把张先生的彩票拿去核对，发现其中一注号码跟开奖号码一模一样。朋友对他说：“你中奖了！一等奖！”张先生不相信自己真的中大奖了，急忙拿起彩票来核对。“对完后我们两人都傻了，很激动。怎么也不敢相信，我们连续对了五六遍才确认。”

谈到兑奖后的打算，张先生说：“拿到钱以后，不能乱花。”他表示，大奖来得太意外了，还没来得及认真考虑。但他不想再当小工了，打算做点小生意。 中财

## ► 双色球一周推荐

### 蓝球关注大号 红球需防31跨

大小方面：综合上三期，红球大数开出个8枚，红球小数个开10枚。本周大数应该在9到10枚之上，预计红球大数依然会多开，具体看好18, 22, 26, 27, 30, 32, 33。

奇偶方面：综合上三期红球奇数开出8枚，红球偶数开出10枚。偶数个本周末将大幅回升，应在9到10枚。综合考虑，本周需特别防范奇数强烈开出，本人看好红球奇数是：13, 19, 23, 25, 29, 31, 33。

和值方面：上周第119期和值111，第120期和值87，第121期和值96。本周继续趋向中和值。上一周和值幅度总体来说偏差比较小，本周可能迎来大幅回升。综合考虑近期

和值在走中的可能性较大，关注75-130区间。

跨度方面：上三期跨度分别开出23、27、29。而红球多集中在二三区开出，存在过热情况。从历史数据上来看，本期跨度预计会在25到31之间开出。

蓝球方面：上三期蓝球分别开出09、04、09，从上周蓝球开出情况来看，本周需要重点关注蓝球小中号。从近期蓝球走势分析来看，本期继续重点关注在8的左右蓝球开出。

近期综合推荐。精选红球15码：02、04、05、09、10、11、13、15、16、18、19、22、24、26、27、30、31、33。

蓝球：06、08、15、10、14、16。 骏宝



## ► 挑战一等奖

### 双色球123期推荐

长矛双色球 15红：07 09 15 16 18 19 22 28 29 30，防06 12 17 25 33。蓝球：04 16，防11 02。

### 七乐彩124期推荐

长矛七乐彩 16红：01、03、07、09、10、12、15、21、25、27、30，防02、04、14、18、29。

**双色球今日开奖**

奖池 178571232 元

上期头奖 16 注，单注奖金 595 万元

我省彩民中得 5 注 12 万元 一等奖



安徽福彩官方手机投注客户端（Android版）正式上线啦！用户只需扫描安装，即可通过手机购买福利彩票！新注册用户，两大好礼等你拿！