

《吃穿用十万个为什么》系列丛书

吃穿用



十万个为什么

水产(一)

中国商业出版社

《吃穿用十万个为什么》系列丛书

编审委员会

顾问 郭今吾 张世尧 罗东明 王兴让

总编 蒙鼎铭

副总编 蓝垂华 侯彝庭

委员 (以姓氏笔画为序)

卢化仁 吴同光 苏学生

侯善魁 侯彝庭 陶 珪

蒙鼎铭 蓝垂华 樊景辉

序

我国实行改革开放以来，人民生活水平不断提高，表现在消费者对吃、穿、用等商品的需求不断变化和提高。过去，多数消费者能吃饱穿暖，有一般生活用品供应就满足了，现在不少人则是“吃的讲营养，穿的讲漂亮，用的讲现代化、电气化”。这种变化，既反映了物质上的需求，又反映了知识方面的需求；同时也向商业工作者提出了更高的要求。因为讲营养，就得懂得食品的营养价值；讲漂亮，就得熟悉服装款式；讲现代化和电气化，就得掌握家用电器的正确使用和维护保养。

许多消费者在日常生活中经常碰到由于不了解商品知识而束手无策，许多商业人员在售货当中，也往往由于商品知识不足而对顾客的提问无言对答。中国商业经济学会与中国商业出版社共同发起组织编写的《吃穿用十万个为什么》，就是为了满足上述需要。它不仅对广大消费者吃好、穿好、用好有帮助，对广大商业售货人员提高服务质量有好处，而且对引导消费也有直接作用。

这套丛书内容广泛，通俗易懂。它包括了流通领

域吃、穿、用商品知识的丰富内容，而且能注意运用通俗语言阐明科学道理，寓科学性、准确性、趣味性和实用性于一体，是一套群众性的科普读物，会受到广大读者的喜爱。我愿为之作序，并向广大读者推荐。



1993年10月6日

编写说明

《吃穿用十万个为什么》系列丛书，以“为什么”的提问方式，在吃穿用方面为您解答疑难，除回答“是什么”、“怎么办”（知其然）外，重点回答“为什么”（知其所以然）。集科学性、准确性、趣味性、实用性于一体，是一套群众性的科普读物。既是广大消费者的生活之友，也是广大商业职工提高服务质量、改善经营管理的好参谋。

本套丛书计划编写下列三十多种：粮、油、烟、酒、茶、糖、肉、禽蛋、果品、蔬菜、水产、调料、食用菌、烹饪、糕点、饮料、中药、西药、服装、纺织、百货、五金、交电、家电、首饰、化妆品、美发美容、化肥农药、摄影、旅游服务等。由于书目繁多，组稿任务艰巨，编写进度不一，故采取成熟一本出一本的办法，陆续出版。本丛书在征题过程中，收到全国各地寄来很多投稿信件，凡采用者均纳入有关分册。我们继续欢迎广大读者，作者踊跃出题、赐稿。来稿请寄：邮编 100053 北京广安门内报国寺 1 号中国商业出版社第一编辑室。

为保证本丛书的质量，我们聘请了相关专业的专家、学者、教授、讲师、高级工程技术人员和业务技术骨干参加编写和审稿。对他们的辛勤劳动表示敬意。

本丛书在约稿过程中，不仅得到国内贸易部系统的有关主管部门、院校、科研机构、商经学会、研究会等单位的大

方支持，而且得到纺织、水产、卫生等部门及有关院校、学会、研究会、报社等兄弟单位的热情帮助，在此一并表示衷心感谢。

国内贸易部领导对编写这套丛书非常重视。原商业部张世尧副部长作序。

由于我们缺乏经验，丛书中的错漏和不当之处敬请广大读者批评指正，以便再版时改进。

《吃穿用十万个为什么》系列丛书编审委员会

1993 年 10 月

《吃穿用十万个为什么》系列丛书

水 产 品 ①

主 编 薛鸿滨

副主编 高作斌

王瑞军

主 审 张焕文

前 言

多食水产品，能使人健康长寿。揭示其中的奥妙，便是本书的主要目标。本书以“为什么”的提问形式，系统地回答了鱼、蟹、虾、蟹、贝、藻等各种水产品的营养价值，药用价值，生态习性及有关知识，文字优美生动，知识科学可靠，读起来兴趣盎然，使人在获得水产品知识的同时，还能得到精神上的享受。

《水产品》编写组

目 录

1. 为什么吃水产品会使人长寿? (1)
2. 为什么沙丁鱼能治病, 多吃鱼对健康有利?
..... (3)
3. 为什么从蛋白质角度说吃鱼比吃猪肉合算?
..... (5)
4. 为什么 500 克带鱼只能满足人体一天所需
能量的五分之一? (7)
5. 为什么吃鱼有益于大脑? (9)
6. 为什么多吃鱼能促进儿童的身体智力发育?
..... (11)
7. 为什么林黛玉爱吃燕窝? (12)
8. 为什么鱼翅与燕窝齐名? (14)
9. 为什么鱼肝油能明目? (15)
10. 为什么老人、儿童、缺钙者多吃鱼松好?
..... (17)
11. 为什么烹鱼时鱼鳞不应丢? (19)
12. 为什么说鱼皮也是宝? (21)
13. 为什么服食鱼胆有益于健康? (23)
14. 为什么鱼儿离不开水? (24)

15. 为什么“鲜”字从鱼旁? (26)
16. 为什么鱼类有不同的颜色? (28)
17. 为什么鱼类寿命长短不一? (30)
18. 为什么鱼类有腥味? (31)
19. 为什么鱼籽和鱼面都是珍贵食品? (33)
20. 为什么虾是蟹贝产卵前特别肥美? (34)
21. 为什么人们越来越喜欢鲜活鱼? (35)
22. 为什么鱼类鲜度降低营养价值也降低?
..... (37)
23. 为什么根据眼、鳃、腹、肛的变化能鉴别
鱼的鲜度? (38)
24. 为什么鱼肉比畜肉更易腐败? (39)
25. 为什么腐败变质的鱼不能吃? (40)
26. 为什么吃海鲜要防止中毒? (42)
27. 为什么常吃烧焦的鱼易患癌症? (44)
28. 为什么渔船出海 10 多天卸下的鱼货
还很新鲜? (45)
29. 为什么冻结多脂鱼必须包冰衣? (47)
30. 为什么低温能保持水产品的鲜度? (48)
31. 为什么有的水产品不能长期冷冻保藏?
..... (50)
32. 为什么冷藏的水产品会失重干耗? (51)
33. 为什么咸鱼比鲜鱼更易保藏? (52)
34. 为什么咸鱼会发红或发黄? (54)

35. 为什么真鲷鱼极为名贵，是鱼中的上上品？
..... (56)
36. 为什么说带鱼是我国海鱼产量的绝对冠军？
..... (58)
37. 为什么带鱼表面会发黄？ (60)
38. 为什么小黄鱼的鱼体越来越小？ (61)
39. 为什么黄花鱼鲞是上等佳肴？ (63)
40. 为什么说鲈鱼的营养价值比黄鱼、带鱼、
 鲑鱼高？ (65)
41. 为什么黄渤海鲑鱼产量能稳定不衰？ (67)
42. 为什么鲑鱼是亟待开发的可贵资源？ (68)
43. 为什么偏口鱼又叫王余？ (70)
44. 为什么西方国家把遮目鱼叫牛奶鱼？ (72)
45. 为什么说鲨鱼的经济价值极高？ (73)
46. 为什么鲨鱼肉有股臊味？ (75)
47. 为什么鲁南、苏北的人不爱吃鲑鱼？ (77)
48. 为什么鲑子鱼有股氨味？ (78)
49. 为什么雄鲑变成了小丈夫？ (80)
50. 为什么日本人喜食河豚生鱼片？ (81)
51. 为什么河豚有毒自己不能被毒死？ (83)
52. 为什么海马可治哮喘和腰腿痛？ (85)
53. 为什么说鲸是海洋中的“活宝藏”？ (87)
54. 为什么海豚是一种极有经济价值的动物？
..... (89)

55. 为什么说海龟的药用价值极高? (91)
56. 为什么鲥鱼身价百倍? (92)
57. 为什么松江鲈鱼上国宴? (94)
58. 为什么说鲚鱼是“长江三鲜”之一? (95)
59. 为什么黄河鲤鱼“跳龙门”? (97)
60. 为什么黄鳝是珍馐? (99)
61. 为什么淡水白鲢受人们青睐? (100)
62. 为什么泥鳅走俏日本市场? (101)
63. 为什么说鲫鱼的滋补作用大? (103)
64. 为什么团头鲂又叫武昌鱼? (104)
65. 为什么桃红时节鳊鱼肥? (105)
66. 为什么说香鱼是“淡水鱼皇后”? (106)
67. 为什么公鱼会有黄瓜香味? (108)
68. 为什么红烧鳊鱼头是道名菜? (110)
69. 为什么鳊鱼产卵前营养价值特别高? ... (112)
70. 为什么鳊鱼在国际市场上走俏? (113)
71. 为什么河鳊苗种贵如金? (114)
72. 为什么大玛哈鱼籽价格昂贵? (115)
73. 为什么说“黄排大得不象样”? (118)
74. 为什么乌鳢离水一时不会死? (119)
75. 为什么说鳗鱼是杀手? (121)
76. 为什么建造葛洲坝要讨论中华鲟? (122)
77. 为什么我国的草鱼在国外受重视? (124)
78. 为什么养殖花白鲢成本低? (125)

78. 为什么太湖银鱼进滇池?	(127)
80. 为什么虹鳟养殖被列为“星火计划”?	(129)
81. 为什么罗非鱼家族遍布世界?	(131)
82. 为什么尼罗罗非鱼的营养价值特别高?	(133)
83. 为什么尼罗罗非鱼雄鱼大雌鱼小?	(134)
84. 为什么革胡子鲶被许多国家移植?	(136)
85. 为什么自古以来鳖就是珍贵食品?	(138)
86. 为什么死鳖不能吃?	(140)
87. 为什么有的龟背长绿毛?	(141)
88. 为什么牛蛙国内外都抢手?	(142)
89. 为什么中国传统养鱼技术被誉为世界一绝?	(144)
90. 为什么未经处理的工业废水养的鱼不能吃?	(145)
91. 为什么要控制鱼类的性别?	(147)
92. 为什么对虾改名为“中国对虾”?	(149)
93. 为什么自然对虾比养殖对虾大而鲜? ...	(151)
94. 为什么煮熟的对虾壳变红?	(153)
95. 为什么斑节对虾被称为“对虾之魁”?	(154)
96. 为什么儿童多吃些虾皮好?	(155)
97. 为什么春秋两季都能吃到新虾皮?	(157)

98. 为什么说有些淡水虾可与中国对虾媲美?
..... (159)
99. 为什么莱州湾的海蟹特别多? (160)
100. 为什么螃蟹会吐白沫? (163)
101. 为什么诗人喜欢持螯赏菊? (164)
102. 为什么吃蟹不是对人人都有益? (165)
103. 为什么甲壳质及其衍生物近来受到注目?
..... (167)
104. 为什么养河蟹是致富的好门路? (169)
105. 为什么珍贵的东西叫“宝贝”? (171)
106. 为什么贝类长有硬壳? (172)
107. 为什么鲍鱼名列海味八珍之冠? (174)
108. 为什么鲍鱼不是鱼? (177)
109. 为什么扇贝被誉为“天下绝品”? (178)
110. 为什么魁蚶成了创汇新星? (180)
111. 为什么贻贝被称作“海中鸡蛋”? (183)
112. 为什么3~4月的贻贝最肥美? (185)
113. 为什么牡蛎被誉为“海中牛奶”? (186)
114. 为什么牡蛎药用价值高? (188)
115. 为什么缢蛏能成为滩涂养殖的新星?
..... (189)
116. 为什么毛蚶曾一度蒙羞? (191)
117. 为什么章鱼、黑鱼、鱿鱼不是鱼? (193)
118. 为什么鱿鱼备受青睐? (195)

119. 为什么乌鱼蛋能款款登国宴? (196)
120. 为什么说海产贝类作药用的品种最多,
时间最早? (198)
121. 为什么田螺是价廉味美的风味小吃?
..... (199)
122. 为什么大瓶螺又叫福寿螺? (201)
123. 为什么河蚌能育珍珠? (202)
124. 为什么珍珠备受人们推崇? (204)
125. 为什么珍珠可使人容颜美丽? (206)
126. 为什么贝壳不是废物? (208)
127. 为什么海参是一道名贵药膳? (209)
128. 为什么食海参能使人延年益寿? (211)
129. 为什么海参价格差异大? (213)
130. 为什么海蜇会成为高级宴席上的佳肴?
..... (215)
131. 为什么人造海蜇皮的营养胜于藻类和
大豆? (216)
132. 为什么鲜海蜇会自溶? (218)
133. 为什么多食海藻能使人真正健康? (219)
134. 为什么儿童应多吃些海藻? (221)
135. 为什么海藻能降低血压? (223)
136. 为什么海藻能防癌? (224)
137. 为什么常食海带好? (225)
138. 为什么常食海带能美容? (227)

139. 为什么食用海带不宜反复浸泡? (228)
140. 为什么紫菜做汤极鲜美? (229)
141. 为什么紫菜要放在低温、干燥处? (231)
142. 为什么说石花菜的用途广泛? (232)
143. 为什么琼胶能治病? (233)
144. 为什么琼脂在食品工业中的用途大?
..... (234)
145. 为什么说褐藻胶是人类“健康卫士”?
..... (235)
146. 为什么海洋生物是多种化学元素的重
要来源? (237)
147. 为什么说海洋生物是个大药库? (239)
148. 为什么海洋有毒动物也有药用价值?
..... (241)
149. 为什么水产动物明胶的药用价值高?
..... (242)
150. 为什么木器生产也需要明胶? (244)
151. 为什么说我国海洋渔场广阔? (245)
152. 为什么渔业资源并非用之不竭? (247)
153. 为什么海洋渔场会出现多种交替现象?
..... (248)
154. 为什么海里的优质鱼越来越少? (250)
155. 为什么渔业生产上有“渔汛”? (252)
156. 为什么刺网捕获的鱼大小整齐? (254)

157. 为什么探鱼仪能探鱼? (255)
158. 为什么要设人工鱼礁? (256)