

食品选购

400 问

孙寿源 编著

3. 2-44

河北科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

食品选购 400 问/孙寿源编著. —石家庄:河北科学技术出版社,1998

ISBN 7-5375-1910-2

I. 食… II. 孙… III. 食品-选购-基本知识-问答 IV. F768.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 33835 号

• 前 言 •

食品是人类生命赖以存在的物质基础,没有食品,人类的生命就无从谈起,而品质优良、营养丰富的食品,又是人们健康生活的保证。

改革开放以来,人们的物质生活水平有了很大提高。为了满足生活的需要,各类食品的生产、加工、经营等行业都迅速地发展起来。但是,随着食品业的发展和各类食品的日益丰富,消费者对食品的卫生要求、质量要求以及食品的生产、经营及销售各环节存在的问题日益关注和重视。因为,食品质量的好坏直接关系到消费者的身体健康,因而识别食品质量的优劣就成为消费者不容忽视的问题。

为了使广大消费者能够买到自己满意的

食品,我们根据多年的食品卫生工作实践经验,以问答的形式,通俗易懂地讲解了各类食品的基本常识,以指导消费者正确地识别和选择优质食品。

由于水平所限,问题在所难免,希望广大读者批评指正。

编 者

1998 年

• 目 录 •

1. 购买食品为什么还要挑选？	(1)
2. 什么是食品？都包括哪些物品？	(1)
3. 所谓“人体需要”的含义是什么？	(2)
4. 食品中所含的营养越多越好吗？	(2)
5. 食品中的营养素有几种？它们的主要功能是什么？	(2)
6. 什么是“合理营养”？	(3)
7. 为什么要讲究食品卫生？	(4)
8. 不卫生食品的范围包括哪些方面？	(4)
9. 不卫生食品对人体危害的具体表现是什么？	(4)
10. 什么是食品污染？	(5)
11. 何谓生物污染？	(5)
12. 细菌是怎样污染食品的？	(5)

13. 细菌是怎样繁殖的?
..... (6)
14. 什么是霉菌污染? ... (6)
15. 寄生虫病是怎样得的?
..... (6)
16. 何谓化学性污染? ... (7)
17. 化学性污染有哪些?
..... (7)
18. 农药是怎样对食品造成污染的?
..... (7)
19. “三废”指的是什么? 含有哪
些有害物质? (8)
20. “三废”是怎样污染食品的?
..... (8)
21. 什么是食品添加剂?
..... (9)
22. 食品添加剂怎么还会污染食
品? (9)
23. 国家对食品添加剂有哪些规
定? (10)
24. 常见的食品添加剂污染有哪
些? (10)
25. 什么是食源性疾病?
..... (10)
26. 急性食源性疾病的特点是什么?
..... (10)
27. 细菌性食物中毒的发病特点
及预防措施有哪些?
..... (11)
28. 化学性食物中毒的特点及原
因是什么? (11)
29. 哪些植物食品能引起中毒?
是如何引起的? (12)
30. 什么是有毒动物食物中毒?
..... (12)
31. 肠道传染病有何特点?
..... (13)
32. 哪些疾病是慢性食源性疾
病? (14)
33. 心、脑血管疾病是怎样发生
的? (14)
34. 人为什么会发胖? 肥胖有什
么危害? (15)
35. 什么是潜隐性食源性疾病?
..... (15)
36. 恶性肿瘤的发生是否与饮食
有关? (16)
37. 目前致癌物质有多少?
..... (16)
38. 三大强致癌物质是怎样污染
食品的? (16)
39. 消费者在选购食品时应注意
些什么? (17)
40. 什么是保质期和保存期?

- (18)
41. 购买食品时,不能忽视哪些问题? (19)
42. 购买食品发现问题怎么办? (19)
43. 食品消费者如何保护自身的权益? (20)
44. 选购食品之前应了解和掌握哪些知识? (20)
45. 酒的含义及种类有哪些? (21)
46. 蒸馏酒有什么特点? (21)
47. 白酒是如何分类的? (21)
48. 白酒含哪些成分?有何功过? (22)
49. 白酒的质量要求是什么? (23)
50. 怎样选购白酒? (23)
51. 发酵酒是什么酒? ... (24)
52. 黄酒有哪些特点? ... (24)
53. 黄酒中含有哪些有效成分? (24)
54. 购买黄酒应注意什么问题? (25)
55. 啤酒的原料、工艺、成分有哪些? (25)
56. 饮用啤酒有什么利弊? (26)
57. 啤酒的浓度是指什么? (26)
58. 啤酒有什么卫生要求? 购买啤酒应注意什么? ... (27)
59. 果酒是种什么酒?它有哪些品种和特点? (27)
60. 葡萄酒有哪些品种和特点? (28)
61. 葡萄酒有什么营养价值和药用价值? (28)
62. 果酒的质量标准是什么? (29)
63. 果酒的卫生要求有哪些? (29)
64. 配制酒有何特点? ... (30)
65. 什么是香槟酒? (30)
66. 大香槟是如何生产出来的? (31)
67. 其他类酒都包括哪些酒? (31)
68. “白兰地”是什么酒? (31)
69. “竹叶青”是什么酒? (32)

70. “味美思”是什么酒?
..... (32)
71. 第一届评酒会上共评出多少
名酒? (32)
72. 第二届评酒会上共评出多少
名酒? (33)
73. 第三届评酒会上共评出多少
名酒? (34)
74. 第四届评酒会上共评出多少
名酒? (35)
75. 第五届评酒会上共评出多少
名酒? (36)
76. 如何选购名酒? (38)
77. 什么是饮料? 饮料是如何分
类的? (39)
78. 什么是碳酸饮料? ... (39)
79. 果汁饮料有哪些品种?
..... (40)
80. 什么是果汁? (40)
81. 什么是果露? (40)
82. 什么是果茶? (40)
83. 含乳饮料有何特点?
..... (41)
84. 矿泉水是什么? (41)
85. 矿泉水的主要成分有哪些?
..... (41)
86. 除矿泉水外, 还有哪些直接
饮用水? (42)
87. 矿泉水的质量要求是什么?
..... (42)
88. 矿泉水的质量标准有哪些?
..... (43)
89. 购买液体饮料应注意些什
么? (43)
90. 干粉饮料有几种类型?
..... (44)
91. 什么是“不起泡型固体饮
料”? (44)
92. 什么是“起泡型固体饮料”?
..... (44)
93. 常见的干粉饮料有哪些种类
及特点? (44)
94. “咖啡”是怎样制成的?
..... (45)
95. 咖啡的主要成分和作用是什么?
..... (45)
96. 购买固体饮料应注意什么?
..... (45)
97. 冷冻饮料有哪些种类?
..... (46)
98. 冰糕、冰激凌、冰块有何特
点? (46)
99. 购买冷冻食品应注意哪些问
题? (47)

100. 什么是“罐头”? (47)
101. 罐头的原料是怎样处理的?
..... (48)
102. 罐头高压灭菌工艺怎样进
行? (48)
103. 为什么要做“保温试验”?
..... (48)
104. 罐头是怎样分类及编号的?
..... (49)
105. 罐头有哪些种类?
..... (49)
106. 按照加工方法不同罐头可
分为哪几类? (50)
107. 罐头盖的中央为什么打着
三行数字? (51)
108. 什么是明码打印法?
..... (51)
109. 什么是暗码打印法?
..... (51)
110. 商业部打印法是怎样打印
的? (52)
111. 什么是地方打印法?
..... (52)
112. 罐头发“胖听”和“酸败”
的原因是什么? (53)
113. 怎样处理被肉毒杆菌败坏
的罐头? (53)
114. 罐头“变色”、“变味”发生
的原因是什么? (53)
115. 硫化铁、硫化斑、氯化圈、锈
斑的罐头应怎样处理?
..... (54)
116. 罐头“溶出锡污染”及“铅污
染”发生的原因及处理办
法是什么? (54)
117. 罐头发生“漏气”及“瘪罐”
应做何处理? (55)
118. 罐头的质量要求是什么?
..... (55)
119. 购买罐头应注意什么?
..... (55)
120. 什么是“软罐头”?
..... (56)
121. 软罐头有哪些特点?
..... (56)
122. 软罐头有哪些不足之处?
..... (56)
123. 软罐头的工艺及卫生要求
有哪些? (57)
124. 购买软罐头应注意什么?
..... (57)
125. 鲜奶及奶制品的含义是什
么? (57)
126. 鲜奶能否直接饮用?

- (58)
127. 鲜奶的营养价值如何?
..... (58)
128. 什么是酸奶? (58)
129. 什么是果味奶? (59)
130. 奶制品的营养价值如何?
..... (59)
131. 为什么鲜奶的卫生要求很严格? (59)
132. 鲜奶生产的卫生要求是什么? (59)
133. 生奶为什么要“降温”(冷却)? (60)
134. 购买消毒奶应注意什么?
..... (61)
135. 变酸的奶与“酸奶”是一回事吗? (61)
136. 鲜奶制成奶粉后,营养会受到破坏吗? (61)
137. 奶粉是怎样生产出来的?
..... (61)
138. 奶粉有哪些品种? (62)
139. 奶粉的卫生质量及选购有哪些要求? (63)
140. 怎样做奶粉“冲调试验”?
..... (63)
141. 怎样做奶粉“速溶试验”?
..... (64)
142. 什么是“炼乳”? (64)
143. 炼乳是怎样生产出来的?
..... (64)
144. 炼乳出现异常变化后如何处理? (65)
145. 购买炼乳时应注意什么?
..... (65)
146. “奶油”有哪些品种?
..... (66)
147. “鲜制奶油”有何特点?
..... (66)
148. 什么是“酸制奶油”?
..... (66)
149. “重制奶油”、“机制奶油”是如何加工出来的?
..... (66)
150. 奶油有何用途? (67)
151. 怎样鉴定奶油质量?
..... (67)
152. 选购奶油时应注意哪些要求? (67)
153. 什么是“麦乳精”?
..... (68)
154. 麦乳精的营养价值如何?
..... (68)

155. 麦乳精有哪些质量要求?
..... (69)
156. 如何选购麦乳精?
..... (69)
157. 什么是糕点? (69)
158. 中式糕点是怎样分类的?
..... (70)
159. 广式糕点有何风味特点?
..... (70)
160. 什么是苏式糕点?
..... (70)
161. 扬式糕点有哪些品种?
..... (71)
162. 潮式糕点有何风味特点?
..... (71)
163. 京式糕点有何特点?
..... (71)
164. 什么是山东式糕点?
..... (71)
165. 西式糕点分为哪几种?
..... (72)
166. 中点的原料及特点有哪些?
..... (72)
167. 中点按熟制方法分几大类?
..... (73)
168. 西点有哪些特点?
..... (73)
169. 糕点的卫生要求有哪些?
..... (74)
170. 各类糕点的保质期多久?
..... (74)
171. 购买糕点应注意哪些质量问题? (75)
172. “糖果”的含义和作用是什么? (76)
173. 糖果分哪些种类?
..... (76)
174. 什么是“硬糖”和“奶糖”?
..... (77)
175. 什么是“蛋白糖”?
..... (77)
176. 什么是“乳脂糖”?
..... (77)
177. “软糖”有哪几种类型?
..... (78)
178. 什么是“胶基糖”?
..... (78)
179. 糖果的原料有哪些?
..... (79)
180. 糖果是怎样生产出来的?
..... (79)
181. 糖果的卫生要求有哪些?
..... (80)
182. 选购糖果应考虑到哪些质

- 量要求? (80)
183. 食糖有哪些品种? 品质如何? (81)
184. 选购食糖时应考虑哪些质量要求? (81)
185. 调味品分几大类? (82)
186. 什么是天然调味品? (82)
187. 大蒜有哪些特点和功能? (82)
188. 大葱有哪些功能? (82)
189. 大姜的性状及作用如何? (83)
190. 辣椒有哪些调味作用? (83)
191. 花椒是什么样的调味品? (83)
192. 胡椒的性状、成分及功效是什么? (84)
193. 八角茴香是什么样的调味品? (84)
194. 小茴香为什么能调味? (85)
195. 孜然是一种什么样的调味品? (85)
196. 香菜也能调味吗? (85)
197. 什么是粉末调味品? (86)
198. 食盐是怎样生产出来的? (86)
199. 为什么说食盐是生活必需品? (86)
200. 什么是碘盐? 为什么要吃碘盐? (87)
201. 碘盐的含碘浓度是多少? (87)
202. 缺碘后会导致哪些疾病? (87)
203. 食盐的卫生要求有哪些? 怎样选购? (88)
204. 味精的由来及用途是什么? (88)
205. 味精是怎样生产出来的? (89)
206. 味精的品质如何? (89)
207. 怎样使用味精? (89)
208. 怎样选购味精? (90)
209. 什么是油状调味品? (90)
210. 芥菜油为什么能调味?

- (90)
211. 选购芥末油应注意哪些质量要求? (91)
212. 辣椒油是怎样制作的? (91)
213. 辣椒油有什么质量要求? (91)
214. 胡椒油是什么调味品? (92)
215. 如何选购胡椒油? (92)
216. 什么是酿造调味品? (92)
217. 酱油是什么样的调味品? (92)
218. 天然发酵酱油有什么特点? (93)
219. 什么是人工发酵酱油? (93)
220. 化学酱油是怎样制作的? 能否食用? (93)
221. 酱油分为几等级? 根据什么划分的? (94)
222. 购买酱油应注意什么质量要求? (94)
223. 食醋是什么调味品? (94)
224. 食醋有何功用? (95)
225. 食醋的主要成分有哪些? (95)
226. 白醋是什么调味品? (95)
227. 食醋与白醋哪种品质好? (95)
228. 食醋的卫生要求有哪些? (96)
229. 如何选购食醋? (96)
230. 酱也是调味品吗? (97)
231. 豆瓣酱是怎样制成的? (97)
232. 什么是甜酱? (97)
233. 什么是大酱和黄酱? (93)
234. 什么是“豆豉”? (98)
235. 各类酱的营养价值如何? (98)
236. 酱的卫生要求是什么? (99)
237. 酱有哪些质量要求? 如何选购? (99)
238. 在夏天应怎样保管酱类? (100)
239. 什么是豆制品? ... (100)

240. 什么是“非发酵豆制品”?
..... (100)
241. 豆腐有什么特点? 营养价值如何? (101)
242. 豆腐干是怎样制作的?
..... (101)
243. 什么是豆腐脑? 有何质量要求? (102)
244. 什么是豆浆? (102)
245. 什么是腐竹? (102)
246. 非发酵豆制品的特点是什么? (103)
247. 如何选购非发酵豆制品?
..... (103)
248. 发酵豆制品是怎样制作的?
..... (104)
249. 红方、白方、青方各有什么特点? (104)
250. 发酵豆制品有哪些质量要求? 如何选购? ... (105)
251. 什么是食用油? 食用油在食品中的地位如何?
..... (105)
252. 什么是植物油? ... (106)
253. 豆油的特点是什么?
..... (106)
254. 花生油的食用价值如何?
..... (106)
255. 什么是菜子油? ... (107)
256. 什么是棉子油? ... (107)
257. 芝麻油有何特点? 如何选购? (108)
258. 按食用油加工工艺的不同, 又分哪几种油? (109)
259. 什么是煎炸油? 它有何毒性? (109)
260. 用浸出法榨的油, 对人体无害吗? (110)
261. 油脂为什么会酸败? 酸败的油有哪些危害? ... (110)
262. 怎样防止食油酸败?
..... (110)
263. 什么是动物油? ... (111)
264. 动物油脂的食用价值如何?
..... (111)
265. 动物油有哪些卫生质量要求? 如何选购? ... (112)
266. 畜肉及肉制品指的是什么?
..... (112)
267. 畜肉及肉制品的食用价值如何? (113)
268. 鲜猪肉的品质标准是什么?
..... (113)
269. 怎样鉴别注水肉、母猪肉、米粒肉? (113)

270. 怎样识别“病死猪肉”?
..... (114)
271. 猪肉有哪些卫生要求? 如何
选购猪肉? (114)
272. 牛肉的品质特点如何?
..... (115)
273. 牛肉的营养价值如何? 怎样
挑选牛肉? (115)
274. 羊肉的特点有哪些?
..... (115)
275. 羊肉的营养价值和作用如
何? (116)
276. 如何选购羊肉? ... (116)
277. 驴肉、狗肉的营养价值如
何? (116)
278. 疯狗的肉能吃吗?
..... (117)
279. 鸡、鸭、鹅肉有哪些品质特
点? (117)
280. 家禽肉的营养价值如何?
..... (118)
281. 兔肉的品质特点是什么?
..... (118)
282. 禽、兔肉有哪些卫生要求?
如何选购? (118)
283. 怎样鉴别宰杀后的病死禽
肉? (119)
284. 怎样鉴别“白条鸡”的老、
嫩? (119)
285. 什么是“肉制品”?
..... (119)
286. 常见的肉制品有哪些种类
及风味特点? (119)
287. 肉制品有哪些卫生要求? 如
何选购? (121)
288. 什么是“人畜共患”的疾病?
它包括哪些病? ... (122)
289. 蛋及蛋制品指的是什么?
..... (122)
290. 禽蛋有什么共同特点?
..... (122)
291. 禽蛋的蛋白和蛋黄中都含
有哪些物质? (123)
292. 怎样选购鲜蛋? ... (123)
293. 蛋制品有哪些种类?
..... (124)
294. 鲜蛋及蛋制品的卫生要求
有哪些? (124)
295. 什么是“次质蛋”? 这种蛋能
吃吗? (125)
296. 水产品的含义是什么? 有哪
些种类? (126)
297. 水产品的营养价值如何?
..... (126)

298. 常见的海鱼有哪些种类和特点? (126)
299. 怎样选购鲜鱼? ... (126)
300. 常见的淡水鱼有哪些种类和特点? (127)
301. 怎样选购活淡水鱼?
..... (127)
302. 怎样选购冰鲜鱼?
..... (127)
303. 常见的贝壳类水产品有哪些种类? (128)
304. 怎样挑选鲜贝壳类海产品?
..... (128)
305. 常见的甲壳类水产品有哪些种类? 有何特点?
..... (128)
306. 怎样选购甲壳类水产品?
..... (128)
307. 常见的海藻类水产品有哪些特点? (129)
308. 怎样选购海带、海藻?
..... (129)
309. 软体类水产品及其特点是什么? (129)
310. 怎样选购海蜇? ... (130)
311. 腌制水产品有哪些方法?
..... (130)
312. 怎样挑选咸鱼? ... (130)
313. 什么是“干制水产品”?
..... (131)
314. 怎样选购干制水产品?
..... (131)
315. 什么是“珍贵水产品”?
..... (131)
316. 茶叶的作用和功效是什么?
..... (133)
317. 茶叶的种类有多少?
..... (133)
318. 什么是“红茶”? ... (134)
319. 什么是“工夫红茶”?
..... (134)
320. 什么是“小种红茶”?
..... (134)
321. 红碎茶是什么茶?
..... (134)
322. 怎样选购“红茶”?
..... (135)
323. 什么是“绿茶”? ... (135)
324. 什么是“炒青”、“烘青”、“晒青”? (135)
325. 内销茶有哪些品种和特点?
..... (136)
326. 怎样挑选和购买绿茶?
..... (137)

327. 什么是“青茶”? … (137) …… (147)
328. 青茶常见的品种有哪些? …… (138) 342. 怎样选购果干? … (148)
329. 怎样挑选、购买青茶? …… (138) 343. 怎样选购柿饼? … (148)
330. 花茶有哪些种类和特点? …… (139) 344. 蜜饯有哪些种类和特点? 如何选购? …… (149)
331. 如何鉴别和购买花茶? …… (140) 345. 水果制品的卫生要求是什么? …… (151)
332. 什么是“紧压茶”? …… (140) 346. 蔬菜的内涵是什么? …… (152)
333. 茶叶的主要成分和品质如何? …… (141) 347. 蔬菜都有哪些种类和特点? 选购时应注意什么? …… (152)
334. 茶叶有哪些特性? …… (141) 348. 蔬菜中含有哪些化学成分? …… (155)
335. 如何鉴别茶叶的品质? …… (142) 349. 蔬菜有哪些卫生要求? …… (155)
336. 选购茶叶时应注意什么? …… (143) 350. 咸菜是怎样制作的? …… (156)
337. 水果制品有何特点? …… (143) 351. 什么是“粮食”? … (157)
338. 水果有哪些品种和特点? 如何选购? …… (143) 352. 什么是成品粮? … (157)
339. 水果的主要成分是什么? …… (147) 353. 面粉的组成和特点是什么? …… (157)
340. 什么是“果干”? … (147) 354. 大米有哪些种类? 品质和特点如何? …… (158)
341. 果干有哪些特点? …… (147) 355. 玉米面、小米的品质和特点是什么? …… (159)
356. 什么是“干货食品”? …… (159)