

<<真相>>

图书基本信息

书名：<<真相>>

13位ISBN编号：9787506040013

10位ISBN编号：7506040018

出版时间：2010年10

出版时间：东方出版社

作者：（日）安部司

页数：162

字数：110000

译者：叶晶晶

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<真相>>

内容概要

改变作者命运的“肉丸子”事件是怎么回事?孩子们喜爱的汉堡、饮料、方便面是怎么制作出来的?一碗泡面中含有11.5克盐、30克油,一个汉堡中含有60种食品添加剂,这些数字是否令您触目惊心?安部司与您一起揭秘食品制作的“幕后”,教您识别食品添加剂的“真相”……

## 作者简介

安部司 1951年出生于日本福冈县的农村。

山口大学文理学部化学系毕业。

从事食品添加剂工作二十余年，人称“食品添加剂之神”。

他不仅熟知各种添加剂的作用和用法，并亲眼见证了食品加工生产的“幕后”。

他协助厂商开发了很多种加工食品，并能用舌头一一分辨出食品中用到的添加

## &lt;&lt;真相&gt;&gt;

## 书籍目录

序言 改变我命运的“肉丸子”的故事第一章 隐藏在加工食品中的油、盐、糖 方便面比挂面易煮熟的原因 吃一碗桶装方便面就摄取30克油 因为油好吃就喜欢 汉堡中有60种添加剂 一碗泡面就有11.5克盐 添加剂隐藏了盐的咸味 “无果汁”的真相 一瓶饮料喝下半瓶砂糖 令人瞠目的汽水制作过程 添加剂遮盖了糖的甜味 没有添加剂做不出的香味 垃圾食品的定义第二章 添加剂误导孩子的饮食习惯 破坏味觉的三剑客 无处不在的三剑客 孩子们只爱好味道 妈妈做的便当没有外卖的好吃第三章 要找出隐藏的食品添加剂 三明治中有近百种添加剂 要知道吃进嘴里食物的真相 饭店和快餐复活了添加剂行业 小餐馆靠添加剂降低成本 超市里根本没有厨房做现成菜 超市只提供配送食物 常温下不能保存两天就无商品价值 食物标签的真相 消费者无法知道的添加剂第四章 无处不在的食品添加剂 商家在国家允许范围内做不安全食物 能满足消费者所有要求的添加剂 添加剂的“恩惠” 添加剂延长了食品的保质期 消费者的任性支撑了添加剂市场 把500种添加剂放人体内 同样的商品价格差5倍的真相 无添加剂食物被认为贵且色味不佳 没有回报的无添加剂食品 消费者更追求便宜漂亮的商品 没有回报的有机农业第五章 我们应该吃点啥 添加剂的信息不够透明 选择安全食物的7种原则 减少添加剂的10条要诀 爸爸们也该学会选择食物 “非·不·没”的食物不吃 “少·和·粗·淡”的吃法更健康终章 从添加剂中看到的隐忧 支撑着经济合理性的添加剂 过度重视食物外表害了日本人 为使食物外表好看而使用农药 食物浪费第一国 增进制造者和消费者的联系 不禁止添加剂的思考 感谢妈妈亲手做的便当

<<真相>>

章节摘录

第一章 隐藏在加工食品中的油、盐、糖 方便面比挂面易煮熟的原因 “为什么挂面三  
分钟煮不熟？”

这是小学五年级学生提出的问题，很可爱吧。

因为我最近在小学和幼儿园演讲的机会增多，有时就听到了这样的问题。

但是，那里的大人们却回答不了孩子的问题。

明明方便面煮三分钟就会熟，为什么挂面煮不熟呢？

“确实啊！”

你提了个好问题，像桶装方便面等根本不需要用锅煮呢！

“是啊。”

“就算是袋装的方便面，比挂面还粗呢，也是煮一会儿就可以吃。”

“是啊。”

孩子对这些事情感到不可思议，而大人压根儿没想过要弄明白这里头的缘由。

其实把商品翻个面就好，因为原因都在那儿清清楚楚地写着呢。

答案是这样的。

挂面和方便面都是可存放的食品。

因此为了保存需要脱去水分。

但是，脱水的方法不一样。

挂面是生的时候烘干脱水，所以吃起来有口感，存放起来也不容易发霉。

这是先辈们流传下来的智慧。

.....

#### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>