

香腸、腊肉...添加「發色劑」的問題

大量的「亞硝酸根」存在體內，使「血紅素」無法與氧結合，致在極度缺氧的狀態下突然死亡，非常危險！

過去，我們只在春節前醃製一些肉類作為應景食品，在新春中享用腊肉、香腸和肉干，或是留着款待客人。

如今，大家的生活水準提高了，食品工業也發達起來了。工廠製造的腊肉和火腿，還有各式各樣的洋火腿、熱狗……成了家庭常備的食品。誰家的冰箱裡，不保存一些這類食物呢？

火腿煎蛋是標準的洋式早餐，麵包裡夾兩塊腊肉或是香腸，就是最簡便的便當。臨時來個客人，這些食品又可應急，真是方便異常。

現在，我告訴你一件事實，也許你從來沒有注意過，那就是在製造火腿、香腸以及各式肉類加工品時，或多或少都要放一點「硝」在裡面。

硝，這種在化學上稱為「硝酸塩」或「亞硝酸塩」的化學品，為什麼要加進食品？是否會影響食用者的健康呢？

原來肉品中加進了硝，既有防腐作用，又可使肉品現出好看的紅色。加工商人如果沒有精確的化學知識與設備，難免加用過量。過量以後又有什麼害處呢？

我提出的問題是：
(1) 食用「硝酸塩」或「亞硝酸塩」，對人體生理有什麼影響？
(2) 人體安全容許量

，究竟以多少為限？
(3) 超過了容許量，會造成什麼結果？

(4) 如果硝類添加物不能避免，我們應該如何慎用？

記者特別就這幾個問題，請教了台大畜牧系教授陳立治先生。

陳教授從民國六十一年起即開始研究這幾個問題。他分別自台北、台中、台南及高雄等地，採集了市售肉類加工

樣品多件，包括香腸、火腿、腊肉等等，分析肉品中「亞硝酸根」殘留量，用以測定摻用「硝酸塩」量的多少。

結果，在他收集的樣品中，有八一·八三%以上不合規定。

陳教授說，肉製品中添加「硝酸塩」或「亞硝酸塩」的作用，是促進肉類所含「色素蛋白」與「氧化氣」給合成「亞硝基肌紅蛋白」，因而使肉品顯出引動食欲的紅色或淡紅色。

添加適量的硝酸塩，可抑制「肉毒菌」的滋長，使肉製品不易腐敗。同時，也可改善肉質的風味。可是，過量的添加却對人體健康有害。

陳教授指出，超量的「亞硝酸塩」會和肉中多種「胺塩」，尤其是和「二級胺」作用，變成「亞硝胺」。

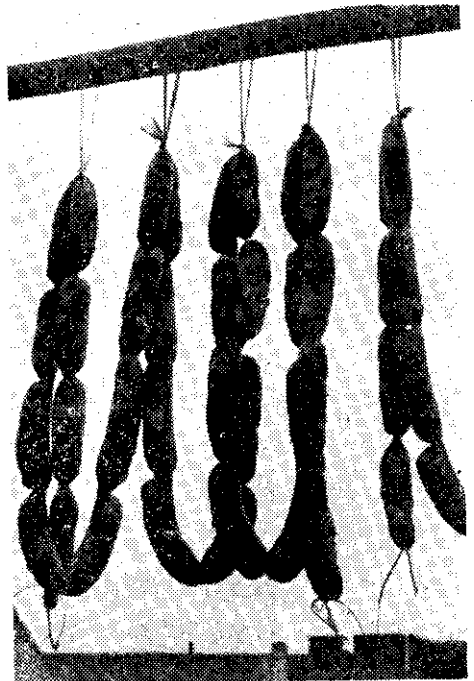
亞硝胺可能就是導致癌症、生成腫瘤，以及傷害肝機能的物質。因此，世界各國的食品法規中，對於肉品添加硝酸塩及亞硝塩，都採取嚴格管制的辦法。

根據我國內政部民國五十六年十二月二日公布的食品添加物管理規則，以及經濟部中央標準局公布火腿、腊肉、香腸的國家標準，「亞硝酸鈉」的標準使用量應為每公斤肉，准用〇·〇二錢。如使用「硝酸塩」，數量可略為提高，每公斤肉可添加〇·二八八錢以下。

亞硝酸塩作用比硝酸塩強，容許量也較低。因此，選用硝類添加物時，先要辨認是「硝酸塩」或「亞硝酸塩」，並且注意藥品的純淨度，才能夠計算出準確的用量。

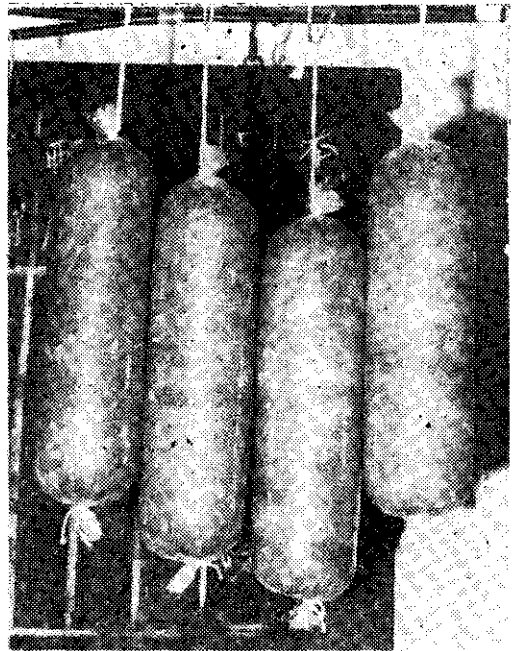
通常，一個成年人，一次進食亞硝酸塩〇·三公克，或一天食用範圍在〇·五—一〇公克之間，尚無問題，超過了此數量就會影響健康。

食用過量的硝的中毒現象有噁心、嘔吐、發汗、腸出血等症狀。有時，因為大量的「亞硝酸根」存在體內，使得「血紅素」無



晒香腸 (張瑞卿)

硝



洋式火腿

出具體可行的管理辦法，以維護國民健康。

陳教授最後又建議，食品衛生研究的方針，除了研究添加物的用量及對人體的影響外，還應該進一步研究新的製法，使有害添加物的用量盡量減少。

或研究出無害的有效添加物，使人們能夠安全的享用各類食物。

這才是每個食品化學研究者應負的使命。

我們爲了確保自己的健康，要注意食品中有害添加物的問題，謹慎飲食，並共同抵制有害的食品。

法與氧結合，以致在極度缺氧的狀態下突然死亡，非常危險！

陳教授又說，肉製品中加硝除了不可超量外，添加的方法也要特別注意。

一定要與食塩以及其他的添加物一併研製過篩，使充分均勻混合，才能加入肉中。

如果肉品採用「液腌法」，必須將硝加入醃液中充分攪和後，才能把肉浸入。否則有的部分沾到過量的硝酸，吃到這一部分的肉，就會中毒。

陳教授三年多來，除了對肉製品含硝量作學術上的研究外，還特別將目前國內有些肉製品，硝含量超過標準的實際情形作成報告，提供行政院國家科學發展委員會。

他希望國內有關機構，迅速擬

屏東區農建計畫

徵求高農畢業生

需要大量農校畢業生做爲推動主力。屏東縣內各鄉鎮農校畢業青年，有志參與此項工作者，請填妥左列資料，寄豐年社彙轉登記。

(一)姓名，(二)性別，(三)年齡，(四)原始戶籍(縣市、鄉鎮、村里、鄰)，(五)畢業學校及科系，(六)家中有無耕地(註明農家面積，是否自耕或由父兄耕種)，(七)已否服完兵役(女性免填，免役者填「無」字)，(八)目前職業(請加說明)。

(九)在政府有計畫的輔導下(包括低利貸款及訓練)，願否担任下列農村建設工作：(1)農機具代耕代噴工作，(2)農場經營工作(包括禽畜飼養)，(3)農業推廣工作，(4)農產運銷工作，(5)農產品加工工作，(6)其他(請加說明)。(十)通訊處。

一項大規模農村建設計畫，即將在屏東地區推廣。此項計畫

需要大量農校畢業生做爲推動主力。屏東縣內各鄉鎮農校畢業青年，有志參與此項工作者，請填妥左列資料，寄豐年社彙轉登記。

農友種苗的最新優良品種

- ※奇美小型無子西瓜：果重約3公斤，每株產6果左右，品質特佳與金蘭西瓜相似，果實耐儲運，適於內外銷，黃肉無子西瓜之革新優良品種。
 - ※泰山大型西瓜：果形與富寶二號西瓜相似，但果實較大，肉色較深紅，肉質和甜分都比富寶二號優良，且抗蔓割病特強，爲最新優良品種。
 - ※新市三號胡瓜：抗病力強，結果期早，分枝良好，結果多，大小瓜均果形端正，果色青翠艷美，品質優良，產量豐多，爲大瓜或小瓜採收兼用之最新優良品種。
 - ※農友新四號番茄：早生、耐熱性強，果重150~200公克，果肩部濃青，果色深紅美艷，抗病力特強，栽培容易，產量豐多，爲適於內外銷之優良品種。
- ※本公司育成的各種蔬菜種子，信用可靠，品質好，歡迎賜顧。

農友種苗股份有限公司

地址：高雄市中正二路二六號
電話：(07) 299108~9 郵政劃撥 41866 號

栽培說明書
價目表備索