

冷凍食品如何選購？

冷凍食品越來越普及了。冷凍食品除了烹調方便外，還有衛生安全的好處。但是，如果處理不當，冷凍食品也很容易變質。下面提供一些有關冷凍食品選購、保存及解凍注意事項，供讀者參考。

(一)購買冷凍食品時，首先要看看自己家裏冰箱的冰凍庫有多大，再依需要去選購，以免購買回來太多而裝不下。

(二)包裝完整：不論是用塑膠、鋁盒、塑膠盒或紙盒包裝，都要完整無缺。包裝若有破損，裏面的食物很容易被污染或變質，如有這種情形，就不要買。

標示說明：要注意包裝的標示和說明是否有：

①食物名稱。

②重量：常用的重量單位是公克(g)，6百公克為1台斤，主婦可參考包裝上的重量標示，購買時可做參考、比較。

③原料成份：包裝上應印有原料成份，購買時可做參考、比較。

④添加物：除原料成份外，若尚有添加物，應標示所添加的名稱及含量。

⑤製造廠商的名稱和地址：選擇信用可靠的大廠商，不要貪便宜而購買沒有廠商名稱和地址的產品，以免買到地下工廠的劣品。

⑥製造日期或保存期限：小心，不要買到過期的成品，以免吃壞了腸胃。

(三)食品外觀：若包裝用的是透明材料，可以直接

由食物外觀來做選擇。

①蔬菜類：型態完整，顏色正常，無乾燥現象的是良品，若有破碎、顏色呈暗灰色，則是不良品。

②肉類：正常的新鮮肉類呈鮮紅色，冷凍肉含有冰結晶而顏色稍淡，若是肉色變白，呈現脫水後很乾燥的樣子，則表示貯存過久，不宜購買。

③魚蝦蟹類：選擇型態完整，顏色正常，有光澤者。

④質地軟硬：冷凍食品應存在 18°C 以下，它的組織硬且結實，若用手指按壓時，感覺很軟，或潮濕有水，則表示貯存的溫度不够低，已開始解凍。冷凍食品一旦有了解凍的跡象，品質將大打折扣。

⑤產品結霜：某些冷凍食品因溫差變化太大或包裝不好，產品會結霜，這種產品外表上有一層層白色的細小冰晶，此種產品不宜購買。(心梅)



好的冷凍食品衛生安全，貯存期長。(小洪 攝)

強力活性微生物，高成份有機質綜合營養素

●果樹、蔬菜、茶樹、菸草、一般花卉、林木等均可使用。



財爺牌

有機

酵素 肥料

粒肥 · 液肥

姊妹產品：地力菌、酵素液

永在有機肥股份有限公司

中區營業處：台中市林森路152號 · 電話(04)2226386

南區營業處：屏東市廣東路98號 · 電話(08)7225538