

購買食米訣竅

/ 東區糧食管理處台東辦事處

認清品牌

個人對品牌之認識及平常所認定品牌之喜好，作為購買食米之參考，如屬第一次購買者，可以參考朋友或以下列方式購買，大體上，有品牌之食米，對消費者將來發生糾紛時，較有保障。

有下列事項者，不要買

1. 未標示廠商資料（包括廠商名稱、地址、電話、糧商登記證及工廠登記證字號）、產地、規格（等級）、年期、類別、製造及有效日期、淨重等12項資料者或未依規定標示者不要買。
2. 碎紅、白粉質粒、夾雜物太高者，不要買。
3. 混有紅、黃、褐、黑色米粒、砂石者，不要買。
4. 有深咖啡成蟲或乳白色幼蟲者，不要買。
5. 用手抓取如果含有大量白色粉末者，則該批食米已碾製很久，不要買。
6. 距碾製日期已超過15天以上者，不要買。
7. 有臭味、異味者，不要買。
8. 來路不明之食米，不要買。

購買數量

由於稻米碾成白米2個月後，開始劣變，因此：每次購買數量以一個月消費量為宜。

保存期限

放置於冰箱中，可以保存3個月，而放置一般空間，在夏天以不超過40天，冬天不超過2個月為宜。因此一次購買，不宜太多，以免久儲變質。

水分檢測

食米水分含量在14.5至15.5%最好吃，可用牙齒咬米粒測試，如果咬下去不會發出大碎聲且容易咬斷者，大約為14.5至15.5%左右，相反如果會出大碎聲或必須用力咬，才能咬斷時，該米粒水份可能在13%以下，甚至更低，該米粒煮後其食味可能不佳。

其他事項

1. 小包裝食米，在保管上較為方便，故一般消費者購買小包裝者為宜。
2. 一般而言：以一等米品質較佳，但價格亦較貴。



一 但對世代務農的我們，一直以感恩的心，對這已生鏽的脫穀機好好保存著，家人把它擺放在農具間一角，希望這會

經為我們農村立下汗馬功勞，莊稼漢的忠心伙伴，能好好休息，讓人們感激它，永遠、永遠。

