

迎合需要的早餐穀片

期望由國內食品廠商製
造的早餐穀片能早日上市，
主要原料用糙米，營養設計
適合國人配方。



進口食品，琳瑯滿目。(阿丰)

傳統中國式家庭不很重視早餐，如稀飯和豆腐乳、筍乾、醬菜等，或豆漿、米漿、油條、饅頭、涼麵等，都不是一份營養完整均衡的早餐。

營養教育特別強調“早餐吃得好”的觀念。試問大家，是否因為工作繁忙，父母晚起床，讓學童時代的兒女在路邊買個飯糰或麵包解決早餐？是否為如何選擇營養早餐而傷腦筋呢？

早餐的確很重要，前日晚餐到早餐時間是漫長的12小時，急需早餐的營養補充，況且上午這段時間是每天工作最認真、效率最好的時段，提供一份營養完整均衡的早餐，保持旺盛充沛的精力是非常重要的。否則未到中午時就會容易疲勞、精神無法集中；工廠從業員則於此刻發生意外傷害頻率較高，學童則注意力不集中學習效果降低。

針對現代家庭大家生活忙碌的需要，歐美及日本先進國家，廠商聘請營養專家為各年齡層消費者設計其需要的營養強化又均衡的早餐商品，其中最普遍最受歡迎的是早餐穀片。

早餐穀片 (Breakfast Cereal Flake) 是以玉米或糙米、小麥為主要原料，另外還添加麥芽精 (Malt Extract)、酵母精 (Yeast Extract)、蜂蜜、蛋黃等副原料，蒸煮擠壓成薄

片狀，再噴上含有控制量維他命 (如維他命 A、B₁、B₂、C 等) 及礦物質 (如鈣、鐵等) 的糖漿於穀片表面，經烘乾包裝而得早餐穀片商品。

據日本食糧新聞報導，早餐穀片市場在日本成長驚人，尤其最近5年，1984年 (70億日圓)、1985年 (80億日圓)、1986年 (95億日圓)、1987年 (120億日圓)、1988年 (約200億日圓)，主要原因除了這項商品具有簡便性、專業營養信賴性外，更由於現代消費者非常重視本身及下一代的健康，以及許多媒體的教育強調早餐重要性，於是造成早餐穀片沖泡牛奶成為近年最流行的早餐。

本省百貨公司也陳列許多進口的早餐穀片商品，由於琳瑯滿目的外文營養標示，大多消費者無法了解其內容，於是銷售沒有預期理想，產品週轉慢，商品的新鮮度當然降低，如此惡性循環，造成本省早餐穀片市場萌芽期過長。

早餐穀片若能由國內大食品廠商製造銷售，主要原料用糙米，營養設計適合國人配方，再加上媒體的營養早餐教育，相信早餐穀片市場必定前景看好，同時對國人健康有長期改善功能。期望這種簡便又營養的早餐穀片商品，能早日在國內大量推廣，造福國人！