

## 不能消化的左旋糖

**普**通蔗糖是一種“右旋糖”，美國生物學家在人工甜味劑的研究中發現，左旋糖是一種不可思議的糖，具有和右旋糖一樣的分數，但立體結構上在6碳位置上的羥基形成鏡像對映(mirror image)，風味外觀與右旋糖相似，却不被人體消化，所以食用後不會發胖。

此種糖果無法天然生成，製做過程極為複雜，必須將葡萄糖在高溫下分解成2~3個碳的單位後，再加以組合。預估生產成本約為每公斤1.5美元左右，目前短期之毒性試驗結果對人體似乎無害，但仍需再經5年的研究方可定論，預測左旋糖將會是1990年代的一顆新星。

資料來源：Food Technology in Australia

譯者：白千

## 蜂蜜：傳統食品新用法

**古**代的希臘人給奧林匹克運動選手飲用蜂蜜飲料，以增加體力，現代的運動員也常常飲用以蜂蜜製造的運動飲料，這類飲料中含有高達20~30%的蜂蜜，可轉變成可利用的能量。

蜂蜜對食品界最大的貢獻為甜度，甜度不遜於糖類。由於蜂蜜中的38.5%為果糖，所含熱量為304 kcal / 100 g，比糖類的400 kcal / 100 g來得低。值得一提的是，果糖的吸濕性賦予蜂蜜良好的保溼特性，烘焙製品中含有蜂蜜則可長久保持產品的濕潤與柔軟。

由於蜂蜜為一種天然產品，其性質(如顏色、香味、糖度等)之變化也多，估計約有150種以上的蜂蜜，主要品種依花蜜來源可包括：白苜蓿、甜苜蓿、紫花苜蓿、油菜、橙橘與其他柑橘類、鼠尾草、蕎麥及紅木樹等品種，這些蜂蜜的顏色變化自透明白色至暗琥珀色，然而顏色並非蜂蜜品質好壞的依據，而應視其花蜜種類與來源而定。一般而言，香味強度與顏色常常具相關性但是亦有少數例外；淡色，香味淡雅的蜂蜜較適於製造顏色淡、香味佳的點心與麵包；暗色蜂蜜則較適於製造暗色全麥麵包之產品，美國的大多數食品加工業者愛採用金黃色/琥珀色帶有甜味、典型蜂蜜香味的混合蜂蜜，業者甚至使用pfund

scale (特別為蜂蜜而設計)測定與蜂蜜、顏色相關之光度讀數。

目前尚無鑑定蜂蜜的標準，但有一個非正式的USDA分級系統，此USDA分級A, B, C, 與標準級是根據蜂蜜可溶性固體百分比、無瑕疵、香味、風味及澄清度等評分。

蜂蜜應貯存於密封的非金屬性容器，因為金屬會導致蜂蜜變色。蜂蜜可長期保存，但仍以萃取後12~18個月內食用的風味最佳。

資料來源：Food Processing (US)

譯者：楊孟蕙

## 甜菊精

**甜**菊原產於南美巴拉圭，抽取葉片中所含甜味成分，精製而成甜菊精，是一種天然甜味料，甜度為蔗糖的200~300倍，可添加在醃漬物、口香糖、冰淇淋、汽水、水產煉製品中。

甜菊原產地的住民，食用甜菊已有400年歷史。日本於1970年引進栽培，尚未定有使用規制，每年甜菊精消費量約170噸。但在美國、英國，因甜菊精含有“弱抗男性荷爾蒙”而未准使用。

資料來源：食品新聞(日文)



牙醫：我記得你，就是在國稅局上班的那位仁兄！