

复原乳被请出灭菌乳新国标，牛奶该咋选？

□新华社记者 安路蒙

据农业农村部消息，自9月16日起，生产灭菌乳，即常温纯牛奶，只能以生乳为唯一原料，禁止使用复原乳。此举被视为灭菌乳最新修订的国家标准，即《食品安全国家标准灭菌乳》(GB 25190-2010)第1号修改单中的最大亮点，意味着消费者平时喝的“纯牛奶”将更加新鲜和纯粹。

面对市场上琳琅满目的牛奶，消费者怎样选择更科学？

“复原乳”是啥，为啥要禁用？

灭菌乳中为何曾添加复原乳？现在为何又要禁用？

中国农业科学院北京畜牧兽医研究所研究员、奶业创新团队负责人郑楠参与了此次标准修订工作。她介绍，复原乳是指把牛奶干燥成乳粉后，再添加一定的水或牛奶制成的乳液，通俗来说，就是用奶粉兑还原的奶。以往在灭菌乳中添加复原乳，主要是为了控制生产成本、应对奶源供应波动。

近年来，我国奶业生产能力强、质

量高、价格稳，生鲜乳抽检合格率超99.5%，无需再以复原乳作为替代原料，国内绝大多数乳企已经使用生鲜乳生产灭菌乳。“公司一直使用纯鲜奶作为原料，一方面我们奶源充足稳定；另一方面市场鲜奶质高价低，企业使用复原乳反而会增加成本。”伊利集团高级专家云战友说。

复原乳会完全退出市场吗？记者了解到，本次修订仅针对灭菌乳，不涉及酸奶、调制乳等乳制品，因此这些产品目前仍可使用复原乳。

怎样才算好牛奶？

业内专家表示，添加复原乳的牛奶，经受了多次热加工，口感风味、营养价值会打折扣，新标准实施后，纯牛奶必须100%以生牛乳为原料加工，确保了牛奶品质的进一步提升。在独立乳业分析师宋亮看来，新规的实施对行业发展有积极意义，标志着中国牛奶进一步走向品质化。

在呼和浩特市腾飞南路一家连锁

超市的乳制品区，顾客陶女士表示，现在纯牛奶都是100%生鲜奶生产的，购买时不用再费心查看配料表，更加放心、省心了。但她也犯了难，配料表都一样，哪种纯牛奶更好呢？

郑楠表示，消费者还要看产品包装上的营养成分表。根据《食品安全国家标准灭菌乳》(GB 25190-2010)，全脂纯牛奶在理化指标上要满足蛋白质含量≥2.9克/100克、脂肪含量≥3.1克/100克的要求。只要是符合国家标准的纯奶，都是合格的产品。

云战友介绍，品质好牛奶的感官品质也是有共性的。一看色泽，品质好的全脂牛奶应呈乳白色或微黄色，有自然光泽；二看状态，应为均匀液体，无凝块、无沉淀、无肉眼可见异物；三品滋味，品质好的牛奶清香、自然、稍甜。

如何选择适合自己的牛奶？

除了纯牛奶，乳制品的种类还有很多。内蒙古自治区食品质量安全检验检测科学研究院院长刁娟娟介绍，按照市

场监管总局于2020年修订公布的生产许可分类目录公告，乳制品分为液体乳、乳粉、其他乳制品三大类，其中液体乳是消费者日常接触最多的乳制品，液体乳又细分为灭菌乳、巴氏杀菌乳、高温杀菌乳、调制乳和发酵乳5个品种。

其中，灭菌乳就是常温纯牛奶，其保质期达6个月及以上，可常温储存，是所有牛奶品类中销量占比最高的；巴氏杀菌乳是经过巴氏杀菌后的低温鲜牛奶；高温杀菌乳的杀菌温度介于巴氏鲜牛奶和常温纯牛奶之间，需冷藏保存，不过保质期相较于巴氏鲜牛奶更长；调制乳是在牛奶基础上加上了其他原料或食品添加剂的奶，比如早餐奶；发酵乳是以生牛(羊)乳、食品工业用浓缩乳、乳粉中的一种或多种为原料，经杀菌、发酵后制成的pH值降低的产品，比如酸奶、酸奶油等。

《中国居民膳食指南(2022)》推荐每天应摄入至少相当于鲜奶300克的奶类及奶制品。不同人群可以根据自身的

生理特点、健康状况和营养需求，科学选择适宜的乳制品。

国家乳业技术创新中心营养与健康研究中心执行副主任段素芳建议，青少年阶段优选高钙奶，以支持骨骼与生长发育；孕妇及哺乳期女性宜选择专用孕妇配方奶粉或全脂高钙奶，以满足孕期及泌乳期较高的能量与矿物质需求；老年人则可选择高钙奶、高蛋白奶，以及强化维生素矿物质的配方奶粉，以维持骨骼和肌肉健康；乳糖不耐受者可选择舒化奶、酸奶和奶酪等零乳糖或经发酵处理的低乳糖产品，以改善肠道不适；有体重管理需求者可选择低脂或脱脂奶，以及无糖酸奶，以降低能量摄入；无冷藏条件者可选择常温奶或奶粉，以保证产品的安全与品质稳定。

需要注意的是，乳饮料不属于乳制品，其蛋白质含量较低，购买时应仔细区分。

(新华社呼和浩特9月17日电)

上海：城市更新项目完工 回搬居民相聚新房子

□新华社记者 方磊 文图



9月15日，工作人员(左一)将新房钥匙交到90岁的陈如珍老人手中。



9月15日，中建二局工作人员在新房内向居民介绍房屋结构。



9月15日，谈家桥小区居民排队办理回搬登记手续。



9月15日，谈家桥小区的老邻居们走在新小区内。



9月15日，居民们走在新建成的谈家桥小区内。

“宠客式”赶海

莫以牺牲海洋环境为代价

□ 隽然

“宠客式”赶海，正在走偏。

据央广中国之声报道，近两年，赶海风潮席卷了社交媒体和短视频平台，数不清的塑料小铲与小桶伴随五花八门的赶海攻略，随着人类的脚步飞向海滩。有景区和商家嗅到商机，为了满足游客“抢到点儿什么”的愿望，主动在海滩投放海鲜，而这些海鲜却很可能是人工养殖的“外来户”。看似为消费者提供情绪价值的“贴心”做法，很可能对海洋生态造成隐患。

最早“宠客式”赶海走红，源于个别景区在黄金周期间，工作人员驾驶小车沿海滩涂撒播蛤蜊，让不会赶海的游客也能体验到“满载而归”的快乐。随着景区因宠客赢得口碑，越来越多的景区和商家开始跟风效仿。

比如，今年7月末，有民宿老板打出了“我的客，我来宠”的口号，4天投放2吨海鲜供游客赶海，甚至还有商家搞出了“地宠赶海”的体验项目。而投放游客的也不再只是本地蛤蜊，而是更拿得出手的豪华波士顿龙虾、沙白、扇贝、花蟹……

令人不安的是，这种“投放”很多是人工养殖的“外来户”，会破坏海岸的生态系统，造成外来物种入侵。比如，一些食肉性的热带鱼类还会吃掉鱼苗，对当地渔民生产造成损失；那些“断子绝孙”式的非法捕捞，更是对水生生物资源的可持续利用造成威胁。“宠客式”赶海，正偏离亲近自然、感受自然的初衷。

宠客本身，当然并没有什么错。旅游业本质是服务行业，让游客获得良好体验是理所应当的。从表面看，“宠客式”赶海似乎也是一举多得——游客满意，商家获利，地方旅游经济获益。但任何服务都应有边界和底线，更不能以破坏生态环境为代价。

宠客须有度。景区和商家“投放”绝不能任性，否则无异于非法“放生”。这需要引起沿海地区有关部门的注意，对打着“宠客”名义随意投放和捕捞的行为予以制止和处罚。与此同时，也有必要对商业“赶海”活动予以规范，确保其在合理范围或可控状态下。

赶海，原本是当地渔民一种传统生产方式，在今天已经发展成为一种体验式的旅游项目，这是传统文化与现代旅游的结合。必须明白，这项传统能够延续至今，仰仗的正是海洋生态的健康发展。

从另一个角度看，治理乱象也是进行海洋教育的契机。尤其是，这项“赶海”活动通常是亲子娱乐项目，如何让孩子们在享受赶海乐趣的同时，也能明白海洋生态保护的观念，值得家长重视。

就像科普作家所言，赶海最大的魅力是感受潮汐间的自然馈赠，而非对于收获的执念。所以，海洋需要敬畏，赶海也当有规则。

来源：新京报