



随着中秋节的临近,月饼销售也进入高峰期,我市各大超市、烘焙店、酒店都推出了各种款式、口味、形态、包装的月饼来满足市场需求。9月1日起,《限制商品过度包装要求——食品和化妆品》国家标准实施,对限制食品和化妆品过度包装提出明确要求。今年的月饼包装和价格有怎么样的变化,记者进行了探访。

月饼轻装上市 主打经济实惠

本报记者 丁文慧

记者在几家大型超市采访时看到,月饼销售区都被放在卖场的显著位置,不同品牌、不同口味、不同款式、不同包装的月饼琳琅满目。盒装月饼大部分包装简洁,以硬纸盒、塑料盒、铁盒为主,一般只有两层。在口味上,今年月饼仍以广式、苏式、冰皮、流心等为主。价格方面,一些知名的糕点品牌,如稻香村、双合成、五芳斋、美心等的销售价格从68元到500元不等。除了各大糕点品牌和烘焙店,一些餐饮企业如西北莜面也推出了特色的杂粮月饼,主打少油、低糖的健康理念,据销售人员介绍,这种月饼礼盒更加符合现代人关注饮食健康和产品品质的需求,再加上丰富的口感、简洁的包装,很受消费者喜欢。

除了包装和价格,记者发现在多

数的月饼销售区还摆放着口味众多的散装月饼,其中以五仁、椰蓉、蛋黄、红豆等畅销口味居多,包装基本是透明塑料盒或塑料袋,单个销售价格从2.5元到10元不等,也有很多消费者选择购买。

在采访中,记者了解到自《限制商



品过度包装要求——食品和化妆品》国家标准实施以来,多数生产和销售企业已经不再在月饼销售时通过搭售各种酒类、茶叶等来提高产品价格。“以前也有过月饼与红酒、茶叶等混搭的礼盒售卖,但因为价格高昂,实际的销量其实并不理想,反而是简洁实惠的月饼礼盒更能得到消费者的认可,销量更好一些。”月饼销售人员王晓俪告诉记者。

“我买了冰皮月饼、云南火腿月饼、苏式月饼三种散装月饼,主要是想尝尝鲜,价格也不贵。”市民李先生告诉记者,以前想给远方的亲朋寄点月饼,由于包装多且重,快递费就花费很多,今年买了三种品牌的月饼礼盒,包装简单,快递费就省了不少。新国标的实施,让消费者明显感受到月饼“瘦身”后带来的实惠。

趣知识

六点帮你解“盐”惑

一直以来,关于盐的“传说”很多,比如晨起一杯淡盐水可以排毒、吃加碘盐可以预防辐射、彩色高档盐更健康等,这些传说究竟可靠吗?以下六点,帮你解决关于盐的疑惑。

吃加碘盐能预防核辐射?

日本福岛核污染水排海后,很多消费者担忧会污染食盐,甚至认为碘盐能够防辐射。事实是,若想通过“稳定碘”阻断放射性碘在甲状腺的沉积,需要一次摄入“稳定碘”100mg(相当于3kg—5kg食用碘盐),而《中国居民膳食指南(2022)》中明确提出,成年人每天摄入食盐应不

超过5g,因此,通过食用含碘盐防核辐射不可取。

食用碘盐会导致甲亢?

我国对一般人群每天碘推荐摄入量为120微克,而日常每天从饮水和食物中摄入的碘量远远达不到这个标准。因此,除生活在水源性高碘地区或患有甲状腺功能亢进等疾病的人群,我国大部分人群仍需补碘。

低钠盐是智商税吗?

低钠盐,是以精制盐、粉碎洗涤盐、日晒盐等中的一种或几种为原料,为降低钠离子浓度而添加国家允许使用的食品添加剂加工而成的食用盐。与世界多数国家相比,我国居民钠摄入量偏高,而钾摄入量偏低,因此,低钠盐适合我国人群食用,尤其适合老年人和患有高血压的人群长期食用。

彩色高档盐更健康?

普通食盐氯化钠含量超过99.5%,氯化钠以外的杂质可以给盐带来特殊的颜色,比如淡粉红色、淡绿色等,这种特殊颜色的网红盐被商家



宣传为高档盐。有些高档盐里钾、镁、铁等元素稍微高一些,但毕竟人每天所吃的盐量有限,通过这种方式补充微量元素不可取。

晨起一杯淡盐水能排毒吗?

早晨是人体血压升高的第一个高峰,喝淡盐水不仅不能排毒防便秘,还可能因为提高了血液浓度,升高血压而影响身体健康。

如何做到科学减盐?

首先要量化用盐,烹调食品时使用定量盐勺控制放盐量,对每日摄入量进行整体把控;其次是减少腌制、酱制食物和高盐预制食品的食用量;第三在选购食品时要有标签意识,尽可能选择钠盐含量低的食物。

(晓澜)



秋日进补属黄芪

李时珍说黄芪为“补药之长”,而民间也流传“常喝黄芪茶,防病保健康”的说法。从古至今,黄芪都属于养生宝藏药材之一。

我国产黄芪的地方很多,如山西、陕西、内蒙古、甘肃以及东北地区等,但据《本草纲目》记载,浑源的黄芪属于“本经上品”,是“补药之长”。魏都惠购平台销售的北岳神耆黄芪粉,其生产加工基地就在恒山脚下,是国家指定的恒山黄芪粉授权单位,其品质堪称精品中精品。秋天宜收、宜补,无论是直接冲服优质的黄芪粉,还是用黄芪泡水、食补都正当时。



黄芪大枣粥

补中益气、延年益寿,凡是体弱气虚、中气不足、表虚自汗、盗汗者皆可经常食用。

原料:

生黄芪、党参各30克,大枣10枚、甘草15克、粳米100克。

做法:

先挑出黄芪、党参、甘草中的杂质,将三者浓煎,去药渣,取浓汁备用;然后将大枣、粳米放入沙锅内加水适量蒸成粥,待粥熟后兑入药汁调匀即可食用。



黄芪炖母鸡

补中益气、补气固表,产后失血、久病,以及肝肾亏虚等患者,可做食疗。

原料:

黄芪125克,母鸡1000克,葱、姜、味精、精盐适量。

做法:

生母鸡去内脏,用清水冲洗干净;黄芪去杂质后放入鸡肚子里,用棉线缝合放入锅中;加适量水、葱、生姜,炖熟即可,关火前放入适量精盐;上桌前将母鸡肚子里的黄芪渣去掉。



黄芪粉冲服或泡水

恒山黄芪粉每天1袋用温开水冲服或者少量黄芪加枸杞泡水喝,湿补扶正气。



上魏都惠购 买正宗恒山黄芪粉

【不满意,承诺退款、退货】



长按识别上方二维码,进入魏都惠购微店产品链接,即可购买正宗恒山黄芪粉。