

冷冻肉是否变质? 新鲜肉是否新鲜? 专家教你如何正确鉴别

■ 罗斌 吴萍

通常被冷冻在-18℃以下的肉类称作冷冻肉。冷冻肉会过期吗?如何鉴别冷冻肉已经变质?怎么判断肉质是否新鲜?我们来看看专家怎么说。

冷冻肉也有保质期

冷冻肉也有保质期,根据我国现行的中央储备肉管理办法,冷冻猪肉的保质期在3~4个月,冷冻牛、羊肉时间稍长,但也只有8个月。为保证肉质新鲜,中央储备肉以4个月为一储备周期,即4个月完成一次轮换。

很多人认为,将肉保持在冷冻状态就不会有细菌繁殖,应该是安全的。事实上,冷藏或冷冻食物并不能完全扼制细菌的生长。“嗜冷菌”可以在0~-20℃的环境中生长,如李斯特菌在这种温度下会继续增长繁殖,污染食物。据了解,李斯特菌中毒严重的可引起血液和脑组织感染,而老年人、孕妇和慢性病患者等免疫力较差人群最易感染李斯特菌。

怎样辨别冷冻肉的品质

1.通过外观判断。有质量保证的冷冻瘦肉颜色多为浅灰色,肥肉和油

脂则呈白色,变质的冷冻肉随着冷冻时间延长,肌肉蛋白被氧化,肉色会逐渐变成红褐色。颜色越深,可食性越低。当肉质表面出现灰色或灰绿色,甚至出现白色或黑色斑点时,说明微生物已经产生大量代谢物,这样的肉就不能吃。

2.通过气味判断。变质冷冻肉由于微生物的分解,会产生各种胺类、吡啶、酸类、酮类物质,会散发出明显的腐臭味。所以,很多情况下,它可能被做成一些调味非常重的加工品,或者是调味非常重的菜品,通过加入大量辣椒、香辛料,或者食盐,掩盖住不新鲜的味道。

3.通过手感来判断。新鲜的肉质紧密,富有弹性,按压凹陷后可立即复原,且肉质表面微干,切面稍潮湿,用手摸有油脂感,但不发黏。肉类变质后,微生物大量滋生,会产生黏性代谢物,造成肉表面发黏,甚至出现拉丝,肉质表面发黏是肉质腐败的标志。另外,有些不法商贩会通过向瘦肉内注水来增加其弹性和重量,购买时,如果发现肉内水分过多,可以用卫生纸贴在瘦肉上,用手紧压,等纸湿后揭下来,用火点燃,若不能燃烧,则说明肉中注了水。

4.通过烹煮来判断。如果怀疑自己买到了过期冻肉,可以切下一小块放在锅里煮一煮,如果冻肉变质,肉汤就会变得浑浊。

对于用双氧水浸泡过的冷冻鸡爪,只需要掰开鸡爪的骨关节,如果鸡爪骨关节和肉质纹理是纯白色的,说明用双氧水浸泡过,不能再食用。

怎么鉴别肉质是否新鲜

1.牛肉:新鲜牛肉有光泽,红色均匀稍暗,脂肪为洁白或淡黄色,外表微干或有风干膜,不粘手,弹性好,有鲜肉味。老牛肉色深红,质粗;嫩牛肉色浅红,质细而韧,富有弹性。

2.鱼肉:合格的鱼鳞拱起,眼球透明凸出,鳃呈鲜红色,没有浑浊黏液;肉有弹性,用手指压一下,凹陷处立即平复,鱼腹不膨胀,新鲜的鱼切开后可见鲜血流出。

3.猪肉:鲜猪肉皮肤呈乳白色,脂肪洁白且有光泽。肌肉呈均匀红色,表面微干或稍湿,但不粘手,弹性好,指压凹陷后可立即复原,具有猪肉固有的鲜香气味。正常冻肉呈坚实感,解冻后肌肉色泽、气味、含水量等均无异常。

怎样才能买到新鲜肉

1.比价格。遇见低于平均市价的肉谨慎购买。

2.找标识。检疫合格的进口肉类产品纸箱不会使用铁钉和铁卡,同时外包装上有输出国(地区)官方检验检疫标识,有以中文标明品名、生产企业注册号、生产批号、生产日期、保质期等内容,内包装则使用无毒、无害的全新材料,并标明产地国、品名、生产企业注册号、生产批号,且内外包装信息完全一致。国产肉类要看是否有动物检疫合格证明和胴体上是否有红色或蓝色滚花印章。

3.正规渠道购买。买放心肉最简单的办法就是到正规超市、菜市场等选择品牌猪肉,而且尽量索要小票,一旦出现问题,可以凭借小票进行溯源。

民以食为天,食以安为先

尽可能食用新鲜肉和冷鲜肉。若是购买冷冻肉,一定要认真观察。另外需要提醒的是,对于自家冰箱里的冷冻肉,最好将其切成若干份冷冻,每次只拿出一份出来,并尽量一次吃完,切勿反复解冻。



如何正确清洁烤箱

■ 丁一

烤箱是家庭料理的好帮手,但是烤箱在烘烤含有油脂的食材后,喷出的油污黏附在内壁上不好清理,时间长了会发黑、结块、产生异味。错误的清洁方法会缩短烤箱的使用寿命,那么应该怎样清洁烤箱呢?

1.清洁烤盘、烤架上的油污

烤盘和烤架上最容易残留污垢,一般建议使用中性清洁剂,如洗洁精、肥皂等搭配软式海绵来刷洗。如果污渍较顽固,可在温水中加入中性清洁剂,将烤盘等放在水中浸泡让污渍软化,再进行刷洗。

2.清洁烤箱内部

烤箱内含有加热管,不能用水直接冲洗。如果烤箱内部仅残留食物碎屑,可以使用小刷子将碎屑清出,用挤干水的抹布擦拭,最后用干抹布擦拭干净。如果烤箱内黏附油垢,可以用挤干水的抹布蘸少许中性清洁剂擦拭烤箱,然后用挤干水的湿布擦拭,再用干布擦干。

如果污垢顽固,可以用小苏打来清洁。将小苏打粉和水以2:1的比例

调成浓稠的泥状清洁剂(可视浓稠度自行调整),在油污处涂上小苏打后静置约1小时,如果位置在烤箱边角,可以使用牙刷辅助清洁,最后用湿布、厨房纸巾擦干净,并将其放置在通风处阴干。

3.清除烤箱内异味

烤鱼、烤肉后,烤箱内会残留异味,若烤箱可移动,可将烤箱打开并放到通风处。若无法移动,可将桔子皮、柠檬皮、柚子皮、咖啡渣等选择其一放入烤箱中去味,比如将柚子皮放入烤箱后加热烘烤约10分钟,果皮内会散发出柑橘精油物质,有助于去除烤箱内残留的异味。把柠檬水和白醋按1:1的比例混合放进烤箱加热,也能达到同样的效果。

烤箱内的污垢是日积月累形成的,残留的油污、掉落的碎屑也是产生异味的原因,平常使用烤箱可用铝箔纸垫在烤盘上,遇到会产生较多油脂的食材,用铝箔纸适度遮挡也有帮助。如果想要清洁更省力,最好在每次使用后及时清洁。清洁时,一定等到烤箱冷却后才清理,以免高温烫伤。

我为湖北带货

洪湖莲藕

■ 高泽欢

洪湖莲藕是湖北省荆州市洪湖市特产。洪湖历史上属云梦泽东部的长江泛滥平原,地势低洼,在地质反复演变过程中,大量的水生动物、植物沉积,产生了富含有机质和氮、磷、钾的丰富的腐殖层,近千年的水生植物的沉淀孕育出肥沃的青色湖泥,适合莲藕生长。洪湖莲藕形状长、单支藕粗大、节间粗壮、中间通气孔小,淀粉含量高,具有香、脆、清、利等特点,可生食亦可熟食。煮汤易烂,肉质肥厚,炒食甜脆,煨汤易粉,其品质优良,产量高,商品率高。

洪湖遍湖都是莲藕,距今已有2300多年的种植历史,是莲、鱼的盛产地,自古以来就有“长江的鱼,洪湖的藕,才子佳人吃了不想走”的美名。相传在元代中

叶,洪湖当地就已种植莲藕。由于水土肥沃,洪湖人民经长期栽培形成了洪湖莲藕这一优良品种。清道光十九年,陆建瀛曾精选洪湖青泥巴莲藕进贡,道光皇帝对其赞不绝口。21世纪以来,洪湖市依托水资源优势,把发展莲藕等水生蔬菜作为调整农业产业结构、增加农民收入的重要途径,创新推广“莲(菱)虾套养”“莲蟹共生”“莲鳊共生”“鱼莲共生”等高效种养模式。

2017年和2018年,洪湖市连续两年以洪湖莲藕作为优势农产品创建湖北省特色农产品优势区,2019年成功创建中国特色农产品优势区。

