



浸出法制油存隐患、自热米饭是塑料……

## 这些网上流传的说法靠谱吗

◎本报记者 陈曦

又到菊黄蟹肥时。不只螃蟹，恰逢秋季，新上市的应季食物大大丰富了人们的餐桌。不过，上个月一些关于食品的流言在网络中被大肆传播：浸出法制油存隐患、自热米饭是塑料、味精加热后会产生致癌物、面粉含大量滑石粉……弄得人心惶惶，严重影响了人们“贴秋膘”的兴致。

今天，科技日报记者就对9月流言逐一进行盘点，帮您拨开迷雾、寻找真相。

### 浸出法制油存隐患？ 真相：是普遍采用的先进工艺

花生油、大豆油、橄榄油、葵花籽油……这些老百姓日常吃的植物油9月登上了“黑名单”。一个题为《这些植物油你还敢吃吗》的视频上月在网上被大量传播。该视频中的“养生专家”称，植物油的“浸出法制油和现代油脂加工工艺”存在安全风险，呼吁消费者多吃动物油，尽可能避免食用植物油。

对此，中国粮油学会油脂分会公开发文进行了辟谣，指出浸出法制油是利用安全性溶剂将植物油料中的油脂提取出来，是一种先进的制油工艺技术。

目前，浸出法制油已经在国际上被广泛认可，并得到大面积的推广使用。在发达国家，超过90%的植物油都是采用浸出法生产的。我国使用浸出法制备的油也占到了油脂总产量的80%以上，相关技术已经达到了国际先进水平。

“从植物油料中提取油脂的方法有许多种，除了浸出法，还有压榨法和水媒法等。”天津科技大学食品科学与工程学院教授周中凯在接受科技日报记者采访时介绍，无论是哪种制油方法，都经过了严格的科学实验和验证，相关生产工艺、生产装备和最终产品均要经过国家相关部门的审核。只要是按照国家标准生产并达到国家食品安全标准和产品质量标准的成品食用植物油都是绝对安全的，消费者大可放心。

对于“养生专家”鼓励大众吃动物油的观点，周中凯表示：“实际上，植物油与动物油一样，主要成分均为甘油三酯，不同的油脂其脂肪酸组成不同。一般而言，动物油中

饱和脂肪酸丰富，植物油则以不饱和脂肪酸为主。无论饱和脂肪酸，还是不饱和脂肪酸，都是人体需要的营养物质，二者适量摄入，都是有益的；反之，如果偏执于其中一种，则弊大于利。”

### 自热米饭是塑料？ 真相：和塑料没有任何关系

在生活节奏日益加快的当下，自热火锅、自热米饭、自热面条等的出现，让一日三餐变得更加便捷。不过，自热米饭在口感和外观上与普通米饭相比有所差别，因此关于“自热米饭由塑料制成”的谣言在网络上传播甚广。

对此，天津科技大学食品科学与工程学院教授王浩在接受科技日报记者采访时表示，目前自热米饭中的米主要有3大类： $\alpha$ 化米饭、无菌米饭以及复合米。这3种米的原料都是大米，和塑料没有任何关系。

$\alpha$ 化米饭是将天然大米煮熟、干燥、脱水以后获得的产品。无菌米饭则是将天然大米煮熟后不干燥不脱水、直接进行无菌包装的产品。复合米是目前自热米饭行业大部分品牌采用的一种米，是将天然大米磨成粉末，再加入玉米淀粉、魔芋精粉等混合，而后加水做成米糊，再将米糊煮熟烘干，压制成大米的形状后抛光。

“这些经过加工后的米，只需外界给予较少的热量，就能够被快速煮熟。”王浩说。

“用塑料制大米，不仅成本很高，而且在高温下会产生有害物质，根本无法食用。”王浩表示，随着自热食品的市场份额不断扩大，相关的食品安全标准也在不断完善。正规厂家生产的符合国家食品安全标准的自热米饭，其安全性还是有保障的，消费者可以放心食用。

### 味精加热后产生致癌物？ 真相：对人体影响微乎其微

近来网络上掀起一波国货热潮，9月被冷落多年的国货老品牌——莲花味精也再度翻红。与此同时，当年“杀死”味精的流言——味精加热后会产生致癌物，也再次出现。

对此，王浩表示，我国味精的制作原料以小麦为主，小

麦中的谷氨酸钠是味精的主要成分。“味精在进入人体肠道被吸收后，谷氨酸钠会被分解成谷氨酸。后者是人体必需的氨基酸之一，可以在肝脏中参与糖代谢，降低血液中氨的浓度。谷氨酸还会在大脑中参与蛋白质及糖的代谢，可以在一定程度上改善大脑及神经中枢的功能。因此，味精对人体健康有一定益处。”他说。

当温度超过120摄氏度，味精中的谷氨酸钠就会与其他物质发生一系列化学反应，进而转化为焦谷氨酸钠。“人们之所以认为味精具有致癌性，就是因为焦谷氨酸钠是一类有致癌作用的成分。不过，在日常炒菜的过程中，饭菜温度极少能够达到120摄氏度。即便味精中的谷氨酸钠被转化为焦谷氨酸钠，量也是非常小的，对人体的影响微乎其微。”王浩解释道。

王浩建议，由于焦谷氨酸钠也会降低味精的风味，因此炒菜时，味精最好在出锅前加入。这样不仅更健康，而且能够更好地发挥味精提鲜的功效。

### 面粉含大量滑石粉？ 真相：国家标准规定禁用该添加剂

中国人的餐桌离不开各式各样的面食，如包子、饺子、馒头、面条等。然而，9月网络上流传着“面粉里的科技让人细思极恐”“面粉里的‘科技与狠活’”等视频，称“加工企业在面粉生产过程中添加了大量滑石粉等添加剂”。于是，一些网友对面粉的安全性产生了担忧。

对此，中国粮油学会粮油营销技术分会发布严正声明指出，视频内容与事实严重不符。

周中凯解释，由于不同品种和地区的小麦，其蛋白质、淀粉等成分含量不同，且同一种小麦由外层至内层微量元素、淀粉和蛋白质含量也会有变化。面粉生产厂会通过调整小麦的加工精度，以更好地满足不同食品加工的需求。

“除了常见的高中低筋面粉外，市场上还有许多用于特定食品加工的专用面粉，如面包粉、馒头粉、蛋糕粉等。这些产品的名字虽然和普通面粉不同，但究其根本，它们均为以小麦为主体的加工产品。”周中凯说，“国家《食品添加剂使用卫生标准》以及地方性强制标准和法规对添加剂的使用品种、使用量等都有明确要求，面粉中不得添加滑石粉；相关厂家生产的产品也会被抽检，消费者可放心购买食用。”

## 潮科技

◎主持人：实习记者 骆香茹

## 扩展现实眼镜： 把电视“戴”在眼睛上



电视机也能被“打包带走”吗？VITURE推出的一款扩展现实眼镜——VITURE One，也许能解答这一问题。

扩展现实(XR)是指通过以计算机为核心的现代高科技手段营造真实、虚拟组合的数字化环境，以及新型人机交互方式，为体验者带来虚拟世界与现实世界之间无缝转换的沉浸感，是增强现实(AR)、虚拟现实(VR)、混合现实(MR)等多种技术的统称。

有了这款扩展现实眼镜，你可能不需要用家中的电视机来追综艺、刷剧、看电影、玩游戏。戴上它，用户能够获得沉浸式观影体验。

基于云计算和5G等技术，VITURE One扩展现实眼镜兼具高算力渲染和便携两大优点，重量仅78克。而从外观上来看，这款扩展现实眼镜与普通眼镜无异。

除此之外，这款扩展现实眼镜还配备了颈挂式的颈环。该颈环搭载了基于安卓系统的定制化操作系统，并内置了多种与眼镜协同的App。

美国《时代》周刊评价称，这款扩展现实眼镜是“行走的电视机”。

## 智能手机显微镜： 探索微观世界的好帮手



如今，智能手机的功能愈发强大。就拿拍照来说，手机镜头可以实现30倍数字变焦，甚至可以把月球的轮廓都拍得清清楚楚。手机俨然已经成了望远镜。

那么，手机有没有可能化身显微镜，让我们尽情地探索微观世界呢？

一家总部位于上海的公司推出了一款适配智能手机的显微镜。这款显微镜仅有指尖大小、重量0.5克，可以通过纳米垫轻松连接到智能手机的镜头上。

借助这个小工具，使用者可以将物体放大几百倍——无论是昆虫还是钟表的齿轮，都能看得清清楚楚。使用该显微镜，摄影爱好者可以观察微观世界、探索其中的奥秘。

## 便携滤水杯： 让你随时随地喝到干净水



来自美国《时代》周刊的数据显示，全球每年销售约500亿个塑料饮料瓶，且大量塑料瓶没有被回收利用。这不仅造成了资源浪费，还给环境带来了巨大压力。

为了保护环境，许多人养成了随身携带杯子的习惯。然而，在很多情况下，比如在户外运动时，人们常常找不到安全、干净的水源。美国公司LARQ推出的便携滤水杯(Bottle Filtered)有望解决这一问题。

这款便携滤水杯内置滤水系统，能够有效过滤铅、镉、汞等重金属以及农药、微塑料、化学药品等有害物质。该便携滤水杯中的过滤器能够使用两个月，其间可以过滤150多升的水，且易于更换。搭配使用特制的瓶盖，这款便携滤水杯还能够进一步过滤水中的杂质、消灭水中的细菌等，让人们随时随地喝到安全、干净的水。

本栏目图片来源于《时代》周刊官方网站

本版图片除标注外由视觉中国提供

## 怕酒店镜子暗藏“玄机” 用“手指法”鉴定双面镜不科学

## 长知识

◎本报记者 史诗

在刚刚过去的“双节”，不少人选择出游度假。在入住酒店时，很多人都会用网上盛传的鉴别双面镜的方法对房间内的镜子进行鉴定，以免自己的隐私被偷窥。

这种鉴别双面镜的方法是用手指顶着镜子，如果指尖与镜中成像有距离，则是单面镜；如果指尖与镜中成像没有距离，就是双面镜——你看不到别人，别人却可以看见你。

不过，这种用手指鉴定双面镜的方法靠谱吗？科技日报记者就此采访了相关专家。

### 双面镜有很薄的半反射膜

提起双面镜，很多人脑海中首先浮现的是警匪片中审讯室里安装的双面玻璃。实际上，由于双面镜具有单向可视的“特异功能”，通常被安装在审讯室、辨认室、心理咨询室等特殊场所。

“我们常说的双面镜，也叫双向玻璃，实质上是一种半透膜。”中国石油大学(北

京)理学院副教授周广刚告诉科技日报记者，普通的镜子，其反射层会反射全部的光线。双面镜表面有一层很薄的、用金属材料(如汞、银或铝)制成的半反射膜。这层薄膜从镜子外表几乎看不出来，但它却能够使部分光穿透镜子。

“比如，我们用手电筒去照射一张透光率为20%的半透膜，那么能穿过这张半透膜的光就只有20%，另外80%的光会被反射回去。”周广刚解释道，双面镜不存在正面和反面，真正让镜子呈现出“一面镜子一面玻璃”效果的，是两侧的光强差。双面镜具有半透光半反射光的特性，在其两边的光线都会有一部分透射到对面，另一部分则被镜子反射回来。

### 用手指鉴别准确性欠佳

那么，网传的“手指法”是否靠谱呢？镜子能照见物体，靠的是反射光线。但反射光线的并非镜子本身，而是镜子那一层薄薄的反射膜。周广刚介绍，人们日常所用的镜子，其反射膜都镀在镜子的后表面，当光线照到镜子的后表面才会被反射回来。

光线在被反射回来之前照射到的物体，都会出现在镜子里。如果把指尖按在

普通镜子上(镜子的前表面)，由于隔着一层镜子，因此手指和镜像之间会有一段距离，二者不会“贴”在一起。

“普通镜子的反射膜可以被镀在镜子的后表面，也可以被镀在其前表面。双面镜的半反射膜也可以被镀在前表面或后表面，甚至可以像三明治一样，被‘夹’在中间。”周广刚进一步解释，当半反射膜被镀在双面镜前表面时，可以借助“手指法”甄别，但在其他情况下这种方法就失效了。

“‘手指法’简单实用，但是准确性欠佳。”周广刚直言。

### 正确的甄别方式有这些

真正有效又科学的鉴别双面镜的方式是什么呢？

对此，周广刚表示，根据双面镜具有“暗处的人可以窥视亮处”的特点，我们可以用手电筒直接照射镜子，让强光照射到镜面，如果镜子中只显现亮光，那基本可以判定这只是一面普通的镜子；倘若透过强光看到了对面的偷窥者，那这就一定是双面镜无疑。

除此之外，周广刚还提到另一种鉴别方式。“一般双面镜的后面都是空的，而单面镜大多被装在墙上，后面有墙抵着。从

理论上来说，可以敲击镜子表面，通过声音进行分辨。如果声音空洞、略带回响，那就要小心了，镜子可能有点“异常”。”他提醒道，遇到这种情况，最好及时跟酒店工作人员确认一下。

## 链接

### 若遭遇偷窥需尽快保存证据

入住酒店时，万一遇到被人用双面镜偷窥，我们该如何保护自己呢？

“用双面镜偷窥他人属于侵犯个人隐私权的行为，在民事上属于对公民人格权的侵犯，同时也是一种违法行为，更严重的甚至会构成犯罪。”北京中征律师事务所律师张晓告诉记者，遇到这种情况，首先要保存对方偷拍偷录的证据，可以通过拍照、录音、录像的方式进行证据留存，同时要第一时间报警。此后，还可以根据初步调查和处理情况，继续向消费者协会、市场监督管理部门投诉举报，要求相关部门协调处理并对酒店作出处罚。若赔偿协商不成，也可以向法院提起民事诉讼。