

味精加热后真的有毒吗?

味精加热到270摄氏度才会分解破坏,在一般食品的烹调温度条件下,味精的性能是稳定的,不用担心变质有毒。国际权威机构围绕味精的安全性做了大量评估研究,目前都没有发现味精能产生某些危害。

近日,微信朋友圈热传的文章《这五样菜千万不能放味精,除非你想毒死!》称“温度只要超过100摄氏度,味精就会发生变性,不但会失去鲜味,还会形成有毒的焦谷氨酸钠,危害人体健康。”

因受到网络上“味精有害健康”传言的影响,一些消费者对使用味精有顾虑,主要集中在两点:一是认为味精在高温烹调时会生成有毒物质,对健康有害;还有一种说法是认为食用味精会引起头晕、恶心、胸闷、四肢麻木为特征的“中国餐馆综合征”。

味精加热后真的有毒吗?科信食品与营养信息交流中心副主任钟凯表示,味精的主要成分是谷氨酸钠,它在超过120摄氏度时,容易转变成焦谷氨酸钠,但焦谷氨酸钠对人体无害,只是没有鲜味而已。

味精这种调味品本身是否安全呢?据专家介绍,国际上的权威机构围绕味精的安全性做了大量评估研究,目前都没有发现味精能产生某些危害。只有个别动物实验发现:在“大剂量”摄入下,对于某种非常敏感的老鼠可能会产生神经毒性。不过要达到这种效果,所需要的剂量远远高于人类食物中可能食用的量,正

常饮食根本达不到那个量。联合国粮农组织和世界卫生组织食品添加剂专家联合会确定味精是一种可靠的安全添加剂,除一周岁内婴幼儿外,其他年龄组儿童都可食用。美国食品和药品管理局(FDA)在动物试验的基础上得出了“现在的使用量、使用条件下,长期食用味精对人体无害”的结论。

我国也完成了味精的长期毒理实验,实验得出与国际上一致的结论,即食用味精是安全的。

安全以正确使用为前提。钟凯建议,不要长时间、习惯性过量食用味精,因为味精中含有大量的钠,高钠饮食容易带来肥胖,还可能增加糖尿病、高血压和冠心病等患病风险。过量的谷氨酸钠也会影响婴儿的生长发育,所以一岁以下婴幼儿不要食用味精,母亲用母乳喂养孩子时,也应少吃或不吃味精。

在做饭时,味精使用应掌握好用量,如投放量过多,会使菜产生苦涩的怪味。要想味精达到最好的效果,应该在起锅后放入,待温度降至90摄氏度左右放入,使菜肴完全吸收。

如何识别好的味精呢?专家建议,消费者在购买味精时,除了认准包装上的QS认证,还可以从包装上的“纯度”指标看味精的等级,一般来说,纯度越高则质量越好。好的味精晶莹剔透,颗粒均匀;而差的味精颗粒参差,互相粘连,颜色发暗,放进嘴里尝尝,如果是苦涩的,就可能是混进了硫酸铵的假味精。另外,市面上售卖的粉体味精中含有食盐,易吸湿结块,贮存时要密封防潮,放在干燥通风处。

水果能靠甜蜜素增甜吗?

甜蜜素作为国际通用的食品添加剂,只要摄入不超标,不会有害健康。甜蜜素不会让水果变得更甜,相反可能会让水果的保质期更短。

近日,某微信公众号发布了一篇《全被拍下,很快要删》的文章,介绍了果农使用甜蜜素让柑橘变甜的情况。文章通过制作者的精心编撰、剪辑,在网上广泛传播,引起部分消费者的担心。

柑橘使用甜蜜素增甜的说法,已经是反复炒作的旧话题了,除了柑橘以外,炒作的水果种类涉及冬枣、橙子、西瓜、香瓜、桃子、苹果等等,谣传添加的方式主要有浸泡、注射、喷洒等多种。受传言的影响,一些消费者对于水果的食用安全产生了怀疑,认为摄入添加了甜蜜素的水果不利于身体健康。

甜蜜素究竟是什么?甜蜜素学名“环己基氨基磺酸钠”,是一种无营养甜味剂,其甜度为蔗糖的30—40倍,而价格仅为蔗糖的1/3左右,而且它不像糖精那样用量稍多时有苦味,因而作为国际通用的食品添加剂可用于饮料、果汁、冰激凌、糕点及蜜饯等食物中。

徐维盛认为,甜蜜素是水溶性的,不溶于油脂,即使在水果生长过程中或者在水果表面喷洒了甜蜜素,甜蜜素也不能进入水果内部;如果给水果注射甜蜜素增甜,需要对水果进行全方位的注射,这会造成植物细胞壁的破坏,水果在短时间内就会腐烂变质。对于商家而言有害无利,所以加入甜蜜素给水果增甜不太可能。

大量数据证明,足量的蔬菜和水果有益健康,包括控制体重、补充抗氧化物质、控制血脂血压、降低恶性肿瘤风险,以及促进和保护智力、预防认知功能下降等。消费者应该不信谣、不传谣,相信科学知识,摄入足量水果。

“软环境”托起纳税人“获得感”

□ 本报记者 刘子璇 通讯员 任轲

7月征期最后一天的晚上七点,孝义市府东办税厅的税干焦奎集整理完当天的工作资料,正准备锁门下班。一位面色匆匆的大姐却急走进来:“小兄弟,能麻烦你加个班吗?”

原来这位大姐是孝义市德旺汽修厂的办税员,该纳税人6月份实际开票数额超过核定定额,税收管理员已经多次提醒其来大厅办理补税。但她前段时间人在外地,刚刚才返孝义,却还是来迟了,而如果今天不进行申报,该纳税人便会触发逾期申报的处罚。焦奎集二话不说,重新开机登录系统,麻利地开始为大姐办理超定额补税事项。一边操作,他还

一边讲解定期定额个体工商户的税收优惠政策和正常的简易申报扣以及开票注意事项等,大姐在一旁连连感谢、啧啧称赞。

焦奎集这一幕只是吕梁市税务系统不断优化纳税服务的一个缩影。在征管体制改革大潮中,吕梁税务以增强纳税人“获得感”为目标,改进和提升服务态度,增强和完善服务功能,用贴心细致的服务打造最优质的“软环境”,也用真心和汗水赢得了纳税人的齐声“点赞”。

“以前办个税要跑两个税务局,排队又长、流程又多。现在我们随便进哪一个办税厅的任何一个窗口都能办理所有业务,甚至走进小区门口的邮政网点就能办,真是太方便了。”家住吕梁市离石区的青年创业人员郑世明高兴地说。这位纳税人所说

的“税邮合作”是吕梁优化服务“软环境”的重点举措。围绕征管体制改革要求,吕梁税务针对纳税人反映的“涉税业务流程多”“填报材料内容杂”“办税多头多次跑”等问题,联合邮政部门推出“税款代征”“发票代开”等便民措施,纳税人只需要在家门口的邮政网点就能办理代开发票,大大方便了群众办税。目前,吕梁邮政部门是全省唯一开展全市范围内代征税款的单位,“税邮合作”已成了吕梁税务优质“软环境”的鲜亮名片。

吕梁市大万源财税代理有限公司的刘玉华对办税服务的变化深有感触:“以前办税时大半功夫都花在路上,跑来跑去是常态;现在我们主要精力都放在了‘网’上,很多涉税事项足不出户就能办好。”

为了让纳税人少跑“马路”,吕梁税务推出“一站式”“自助式”和“套餐式”等各类便民服务,通过业务深度融合、审批事项前移、报表资

料简并等措施来整合资源、提升效能。目前,吕梁市25个办税服务厅全部按照省局要求实现了“一厅通办”,全市税务系统共设置办税服务窗口202个,每个办税厅均可为广大纳税人办理包括现行7大类、204项所有涉税事项,并实现100%涉税事项“最多跑一次”,办税人平均办税时间能够节省50%以上。

在此基础上,吕梁税务积极探索推进“互联网+税务”,全面推进网上涉税事项全覆盖,税务部门将网上申报、网上认证等网上办税的操作规范制作成简单易懂的小视频,并通过税企QQ群、微信公众平台、办税服务大厅数码相机屏幕等渠道进行广泛宣传,让“网上办税”的理念真正深入人心。

“‘软环境’建设永远在路上!”这是吕梁税务对纳税服务工作的共识。下一步,吕梁税务将继续落实各项改革举措,让纳税人的“满足感”更可持续,让群众的“获得感”盛满人心。



头发的历史

□ 肖继盛

头发作为“上层建筑”,其发式往往反映着那个时代的某些特征,有时甚至是本质的东西。比如,古代,人们讲“身体发肤,受之父母,不敢毁伤,孝之始也。”认为“头发”受之于父母,不能剃除。故当时男女都将长长的头发盘在头上挽发为髻,至于盘的方式当然会因地域及个人喜好不同而有所区别,那时的理发其实就是梳子和篦子整理头发。直到明清入关,头发便成了性命攸关的东西,所谓“留发不留头,留头不留发”,统治者要求他的子民将脑门前的头发剃掉,后脑勺留一发辮,否则就要砍掉脑袋。而到了民国初年,剪掉辮子就意味着革命,把辮子盘起来,再戴上一顶帽子,其两面性便不言而喻。一个人从小到大,从生到死,头发亦历经沧桑,反映着时代的变迁。

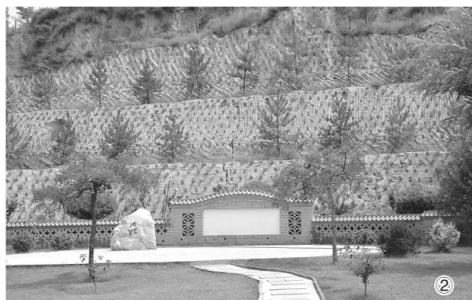
小时候,我极怕剃头,看见母亲拿起剃刀,心里就发毛。但不论我如何反抗,每次都逃不过母亲剃刀下的一番侍弄。那个年代,男孩最流行的发式是马鬃(当脑门流一撮头发),女孩子则一律扎着小辮。至于说大人,男的往往是平头,年纪大的也剃光头,也有极小部分剃分头的,那则要冒有小资产阶级思想受到批判的风险,上小学的时候班主任语文老师就给我们读过一篇报纸上题目叫做《剃头》文章,讲得就是一个年轻人要求剃头师傅剃个分头,结果剃的不满意,于是年轻人照镜子、皱眉头、要求剃头师傅重新好好整理,之后剃头师傅就给他上了一堂所谓扫除资产阶级思想的课,读到后生照镜子皱眉头时,我们几个男生还发过笑。那时,也有留大背头的,不过那仅限于有个一官半职的人,普通人是不敢越矩的,否则就会有不知天高地厚之嫌,比如我们村也只有学校的校长和下乡的干部才留着那样的大背头,看上去确实很有些派头。至于说成年的女人则不是齐耳的短发(俗称帽盖子),就是扎着两根发辮,辮子也不长,因为长辮子同样会让人觉得妖,从而招来非议。但不管是帽盖子,还是小辮子总之不需动刀子,故而我便常常想变成个女人,以免去这剃头的苦恼。

后来,渐渐地,我们也用起了剪刀,村里亦有了理发店。孩子们的发式也由马鬃变成了平头,而年轻女人们亦剪了辮子,扎了发带,显得飘逸美观。而我的头直到了高中主要还是由母亲来剃。只是母亲虽说有十多年的剃辮,但手艺却不大长进,头上不是像顶了个锅盖,就是像留了个豁片,且一棱一棱的,仿佛梁上的梯子。

后来,我进剧团、上师范、当教师,一来已经吃了公家饭,是公家的人,这形象的好坏至关重要。二来回家的次数也非常有限,常常不等母亲动手自家已上了理发店,于是才摆脱了母亲的剃刀。

其实,那时,人们对头发的观念已改变了许多,后生们留起了长发,姑娘们时兴起卷发。那年弟弟花了十多块钱弄了一头蓬蓬松松的卷发,母亲也只是瞅了几眼,没发脾气。

现如今,转头、平头、寸头、光头、一边倒、两头分百花齐放,小子头、杏子头、马尾巴、披肩发青春亮丽,染发焗拉随心所欲,赤橙黄绿五彩纷呈,而我只因以前剃头吃苦太多,失去了耐性,每每理发时,常催师傅不要精雕细琢。师傅们则说:这么好的头发不好好侍弄,真有些可惜了。但看着那留着短发匆匆而过的女人,披着长发游走在江湖的男人,想到她们居然舍得剪掉几千年来女人的特别珍爱,男人们亦很青睐的秀发,想到那些男人竟然敢留那么另类那么与世俗相悖的发型,不由发出种种感慨——人总算能自己主宰了自己的头发,这是多么令人欣慰的事啊!



离石区森林公园位于回家会街道、红眼川乡,规划总面积15平方公里,预算投资4亿元。公园的主题定位为生态、绿色、文化、健康、休闲森林。公园从绿山、塑水、拓谷三个方面建设布局,形成以生态为基底、悠然谷为核心、道路为轴线、景观节点为点缀的空间布局。是我市目前集中规划面积最大、景点布局最多、功能设置最全的休闲娱乐场所。图①为正在建设的西入口广场。图②为已经建成的景点。图③为初具雏形的悠然谷廊桥工程。

要建设规范的宠物交易市场

□ 梁瑜

“水陆草木之花,可爱者甚蕃”,现代社会,不仅是花,连同大大小小的动物,也被人们所喜爱、饲养而成宠物。随着社会物质生活不断进步,饲养宠物已经成为家庭重要的消遣方式。

宠物爱好者们知道,目前我市居民饲养的宠物种类主要有鸟类,包括鸽子、金丝雀、鹦鹉、画眉等,犬类,包括家犬、藏獒、牧羊犬、松狮等,猫类,水族类,包括金鱼、热带鱼等观赏鱼类及龟、鳖等,品种较多、数量日趋庞大。

如此多的宠物,总需要购买和交换,但各县市城区并无一个完善固定的交易市场,交易基本上以地下方式进行。目测可知,除了个别街道上有几个零散的集市,销售名犬、名鸟外,大量民间鸽子、小金鱼、普通犬等就由饲养者在街头进行交易。

有朋友出差到汾阳,回来后说起该地的宠物交易日趋多样:集中在每星期日上午进行,就聚集在玛珍商厦对面的公路上,最多时参加交易人数达到200人以上,其中还有不少周边地带的爱好者也积极参与,如孝义、介休、平遥、文水均有同好前来交易。在羡慕该地市场壮大的同时,令人又无不担忧:长此以往不但形成交通阻塞、环境污染,而且干扰周边居民、行人正常的工作、生活秩序,同时也很难对宠物的疫病流行和防治进行有效控制。

宠物买卖属于特殊行业,很多宠物交易都是零散经营,不容易监管,街头随意摆放的流动狗笼更是难以管理。宠物传染病多达10种,而宠物防疫却是畜牧部门的盲区所在。这种情形无疑对宠物安全饲养和公共卫生安全形成极大隐患。

规范宠物交易市场势在必行。有关部门应彻底整治宠物市场,投资修建一定规模并具备能力进行宠物交易的场所。在宠物市场内,设置固定经营摊位及散户摊位。辖区畜牧兽医主管部门应在市场内设置防疫、检疫派出站。宠物市场应合理布局,纳入城市统一规划中。鉴于宠物类别繁多,应实行不同种间隔离买卖,这样不仅可以减少不同种间动物疫病的交叉传播,也可降低人畜传染的发生几率。



吕梁农信社净投20亿元贷款助小微企业发展

本报讯 近年来,吕梁农信社坚持支农支小的战略方向和经营定力,以市场为导向、以客户为中心,持续调整信贷结构,助力小微企业发展。截至7月末,全市农信社小微企业贷款余额为83.07亿元,较年初增加20.61亿元,完成年度目标任务的74%。

该社还围绕重点项目做文章,不断加大项目库建设力度,围绕市级重点项目,引导信贷资源向优良客户、优势项目、优势行业聚集。截至目前,已支持山西孝义华发铝业有限公司120万吨/年氧化铝项目、交口联社的交口县韦农业发展有限公司新建香菇种植加工项目等市级重点项目8

户,4.43亿元。在信贷服务模式上,该社积极开展了三级授信体系建设,依托金融服务站延伸服务链条,通过设立区域办贷中心、县级行社审批中心,成立小微专营中心,减少决策链条,提高办贷效率。至7月末,小微专营中心新发放贷款6612笔5.33亿元,推出了一大批具有农信特色、接地气的金融产品,有效提升了金融供给的质量和效率。

(郭永德)



7月20日,国家税务总局文水县税务局顺利挂牌,新税务机构成立。这标志着工作将从新起点开始,以实际行动展现新时代税务人的新担当、新作为、新风采。图为该局召开合并后首次圆桌见面会。

杨建丽 摄



——纪念改革开放40周年