

感觉猪肉越来越不好吃 是猪不一样了 还是我们的口味变了

煎炒烹炸,煮熬炖熘,猪肉是中国人餐桌上最常见的食物之一。

作为我国食用频率最高的一种肉类,猪肉的年消耗总量在5500万吨左右,而目前世界各国的猪肉消耗总量也就1亿多吨。不少网友感叹,全球每生产两头猪,就有一头是被中国人吃掉的。

但不少人发现,现在的猪肉好像不如以前好吃了。以前的猪肉一下锅,十米之外都闻得到香味;现在把脸怼到锅边,才能嗅得些许肉香,吃起来也完全没有十几年前的好味道。

猪变了,人也变了

讲真,猪肉越来越难吃不是错觉,因为猪的品种都变了。

中国是最早驯化野猪的国家和地区之一,也一直十分重视猪种,使得本土猪种不仅种类丰富,而且具有优良品性。在上世纪80年代前,本土猪属于中国人餐桌上的主角,占据了90%以上的市场。

改革开放之后,我国从东欧等国家地区引进了大量的外种猪。由于外种猪瘦肉率高、长得快,迎合了国内极大的市场需求,外种猪被大量繁殖,压榨了原本属于本土猪的生存空间,直接导致了十个左右本土猪品种的灭绝以及二三十个本土猪品种的濒临灭绝。

因此,外种猪现在在我国的市场占有率达到了90%以上,而本土猪只有不到10%的占有率。

换句话说,以前,我们常吃的是本土品种猪肉;现在,我们常吃的是外种猪肉。

外种猪和本土猪相差的并不是一点。

首先,从外形来说,外种猪多为白猪,本土猪多为黑猪。本土猪常见的有东北民猪、皖南黑猪、莱芜黑猪、赣东黑猪、香猪、八眉猪、塘猪、藏猪、太湖猪、皖南黑猪等。引进的外种猪多为大约克夏猪、杜洛克、长白猪。

其次,就是引进的外种猪长得快,但肉的品质不佳,本土猪长得慢,但吃起来更香。两类猪肉的肉是更有着明显的区别。

为啥本土猪更好吃?

究其原因,或许是因为本土猪“肌肉练得好”。

有研究表明,肉品的嫩度、风味以及多汁性与肌肉脂肪、肌纤维在肌肉组织中所占比例有很大关系:肌肉脂肪在肌肉组织中的含量大于2.5%时,该猪肉品质较好,口感鲜嫩多汁。我国地方猪种肌肉脂肪含量大多数为3%—5%,而一些外来品种猪的含量甚至不足1%。

肌肉脂肪中的多不饱和脂肪酸含量与猪肉的嫩度、多汁性、香味及可接受程度呈负相关。多不饱和脂肪酸(不包括亚油酸)含量高的肌肉易被氧化、酸败,从而影响肉品风味。我国大部分本土猪多不饱和脂肪酸含量低于国外猪种,也就具有较好的风味和口感。

肌纤维密度越大、直径越小,肉质会越细嫩。我国本土猪(75千克—90千克)肌纤维直径约在44微米—57微米之间,引进的瘦肉型猪肌纤维直径约在54微米—72微米之间。本土猪的肌纤维直径较改良品种猪小16%,单位面积密度大30%,而且脂肪细胞多、分布面积大。

所以说,本土猪肉更加细嫩多汁,味道香浓,比外种猪略胜一筹。



慢工才能出好肉

“慢工出细活”这句话放在养猪上同样适用。

一般来说,猪的生长周期越长、饲养越细致,所产出的猪肉品质越好。然而,以前养猪可能要一年才能出栏,现在养猪只要半年(约180天)就可以出栏了,猪的生长周期极大缩短。

如果说肌肉脂肪是猪肉是否好吃的关键,那么生长周期就是肌肉脂肪沉积的关键。

在猪的生长过程中,肌肉脂肪沉积最慢,最先沉积的往往是腹部脂肪,随后是皮下脂肪和内脏脂肪,最后才开始沉积肌肉脂肪。对于长得较快的猪来说,在沉积皮下脂肪时,它们就已经达到出栏体重了(100千克—120千克),结果就是这些猪只增加了肌肉,而没有或者缺乏肌肉脂肪。

对于长得较慢的猪来说,以莱芜猪为例,长到80千克时,莱芜猪的肌肉脂肪含量在10%左右,而长到110千克时,肌肉脂肪含量能达到13%。

同时,饲养方式的不同也会影响猪肉品质。

有研究发现,林地放牧养殖生猪可以有效改善猪肉品质:每1头猪按照5亩林地的规模进行放养,生猪可自由采食林间的食物,活动空间也够大,充足的运动增加了机体中肌红蛋白的浓度和携带氧气的的能力,这可以保障猪肉肌肉色良好;运动还增强了猪的代谢能力,促进肌肉脂肪沉积,提高猪肉品质。

但是,现在的生猪养殖大多以规模化和集约化为主,生猪活动范围较小。在大量采食饲料后,猪通常会长时间坐卧,导致肌肉脂肪沉积量显著降低,猪肉品质下降。

饲养过程中,猪食也要注意合理搭配。

事实上,如果自家养猪多喂玉米、猪草,没有饲料,反而会让猪缺乏蛋白质的摄入,导致肉质紧实,脂肪含量少;而规模较大的养殖场会使用配好的饲料,能够满足猪在不同生长阶段对营养的需求,改善猪肉的品质。

但是,只吃合成饲料或者饲料中加入太多添加剂,会导致猪长得太快,使肉质不佳。甚至有不少人表示,生的饲料猪肉会有股臭味,做熟了又缺乏肉味。

如果这些都不是,那么还有一个可能就是,你买到了冻猪肉。

在冷冻过程中,猪肉水分流失,新鲜度大打折扣,解冻后再煮着吃常常会比较干、柴。

不过,猪肉能不能做好吃也是关键。

据《中国新闻周刊》



怎么判断猪肉好不好

我们可以通过猪肉的表面有没有丰富的大理石纹,来判断一块猪肉到底好不好。

大理石纹丰富的猪肉也可以被称为雪花猪肉,如同雪花牛肉一般,营养价值、口感味道都比普通猪肉高不少。

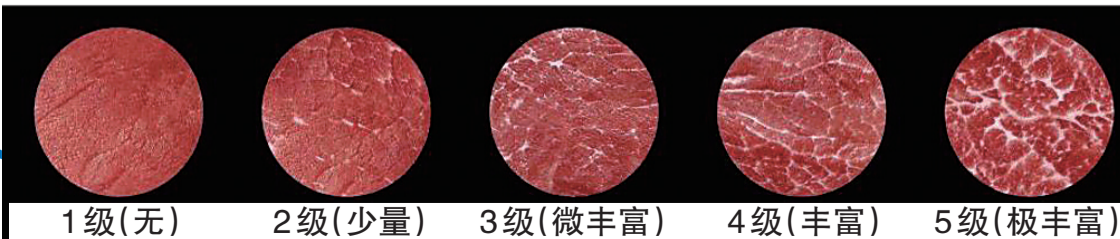
雪花猪肉丰富的肌肉脂肪会减弱肌纤维间作用,改善肉的嫩度;同时,雪花猪肉的肌肉脂肪含量高,加热过程中醛类、酮类、酯类等挥发性风味物质产生较多,从而使肉的风味好。

在我国,很多传统地方猪就可以产出雪花猪肉。其中,山东莱芜黑猪肌肉脂肪可达到

10%以上,会产生点状或雾状的大理石花纹;海南五指山猪也可以培育出带大理石花纹的雪花猪肉。国外的优质猪种,比如英国的巴克夏猪也有密集的大理石花纹。相比之下,其他外种猪大多大理石纹都比较稀少。

当然了,猪肉不吃了,也不排除主观因素影响。

现在的人们可以天天吃猪肉和吃各种美食,口味自然而然地提升了。在过去,人们吃肉的日子屈指可数,有的一块肉还要分几份,可谓是“少而美味”,就是简单的猪油渣也别有一番风味。



猪肉大理石纹等级图谱