

配料表越短越好、“0添加”更健康……一些社交媒体上刮起的“食品配料表焦虑风”,让商家找到了新的“财富密码”——

配料表背后的生意经

本报记者 李昕也 摄影报道

“现在买食品,我一般先看包装袋上的配料表,添加剂太多的不要,觉得不健康,配料表越短越好。”市民赵莉说。

如今,很多年轻消费者希望所购买食品的配料表“干净”,最好是“0添加”,好像有添加剂的食品就不健康。这为商家提供了商机,陆续推出“0添加”的食品。那么,这样的食品真的意味着更健康吗?近日,记者就此进行了采访调查。



超市中售卖的“0添加”酱油

净’,没有那么多食品添加剂,吃起来更健康。”超市促销员正向一位市民介绍“0添加”酱油,并拿出普通酱油与之对比。这位市民查看配料表后,选择了“0添加”酱油。

该市民坦言,虽然“0添加”酱油要贵一些,但为了追求更健康,不介意多掏腰包。促销员告诉记者,随着健康理念的升级,消费者越来越青睐“0添加”的食品,“有人专门来买这类商品,销量比同类产品高不少”。

3

不要迷信“0添加” 学会科学看“表”

“0添加”、配料表“干净”,真的意味着产品更健康吗?

沧州市人民医院营养科营养师张牧婷表示,看一种食品是否健康,并非一味关注配料表“干不干净”。其实,通过营养成分表来判断食品是否高热、高盐、高糖很关键。

以酱油为例,消费者食用普通酱油时,只要有意识少放些盐、味精、鸡精等调味品,在健康低盐方面,同样能达到“0添加”酱油减盐控钠的效果。

像有的酱菜不添加防腐剂,用传统工艺就能做出来,但是盐和糖含量高,如果再没有相应的办法来抑制微生物,安全性反而会低。所以“0添加”并不是优质安全的代名词,食品添加剂在标准范围内使用是没有问题的。

张牧婷介绍,根据法规,各种配料应按制造或加工食品时加入量的递减顺序排列。也就是说,越排在前面的含量越高。比如在选购橙汁时,一种配料表是:水、浓缩橙汁;另一种配料表是:水、白砂糖、浓缩橙汁,那么第一种橙汁更好。

看营养成分表时,蛋白质、维生素、矿物质的含量越高,说明品质更好一些。对于一些靠口感取胜的食物,要注意其中的热量、脂肪、钠等指标含量。

有业内人士认为,所谓“0添加”更像是一种宣传话术。很多消费者对满是化学名词的添加剂有抵触心理,商家为了迎合,特意强调“给配料表做减法”,是寻求差异化的一种营销手段。有的商家在一定程度上放大了焦虑,只是为了收获高利润;有的商家避重就轻,不把详细添加的东西标注出来,只用一句“食品添加剂”全部概括,实际上各种添加剂一样都不少。对于“0添加”,消费者不要过度迷信。

1

配料表“越短越好” 成消费者选购新标准

赵莉真正关注食品配料表是从燕麦片开始的。

“我以前从没在意过食品的配料表,直到有一天在手机上看到一条新闻,谈到咖啡、饼干、燕麦片中大多含有植脂末,长期食用对人体有害,这才开始了解食品添加剂。”赵莉查看发现,自己经常吃的一款燕麦片就含有植脂末。

为了买到更放心的燕麦片,赵莉专门去大型商超进行选购。对比后她发现,燕麦片就有好几种“配方”。

“很多燕麦片为了追求口感,除了燕麦,还含有植脂末、白砂糖、食用盐、植物油、食用香精香料,以及磷酸氢二钾、二氧化硅、羧甲基纤维素钠等20多种配料。”

相较于“天书式”的配料表,赵莉更倾向于选购配料表“简单”的燕麦片。“我现在在吃的这款燕麦片,配料表很短,产品只

含三种谷物,不添加白砂糖和食用香精香料,也没有任何添加剂。”

现在,赵莉拿到包装食品的第一时间就是查看配料表,关注的点基本是“有多少食品添加剂”“含哪种糖分”等,想通过配料表来判断食品是否健康安全。

在一些社交平台上,很多博主教大家如何看配料表。记者浏览后发现,说来说去,标准其实就一个:越短越好,这意味着没有添加剂。

“大人的东西倒还好,给孩子买的一定得健康。”28岁的周婷婷自从当了妈妈,就开始关注起了配料表。在她的潜意识里,配料表“干净”是选购食物的重要标准,代表着天然、健康。

2

商家发现“财富密码” “0添加”食品抢占C位

日前,记者走访多家商超发现,为了迎合消费者的这种需求,商家使出浑身解数让自己的配料表“简单干净”。不少品牌方打出了“0添加”概念,配料表也是一个

比一个短。

在解放路附近一家超市,正在选购挂面的孙女士查看配料表后告诉记者:“家里老人血糖有点高,这种挂面只含有小麦粉和食用盐,老人小孩都可以吃,感觉更健康。而另一种的配料表有小麦粉、食用盐、淀粉和食用碱,我一般不会选。”

在调料专区,各种调味品更是比着“干净”,尤其以酱油最为明显。某品牌商家推出了多款“0添加酱油”,以其中一款为例,商家专门在包装上用大字标注配料里只有5种原料:水、非转基因黄豆、食用盐、小麦、白砂糖。另一品牌的“0添加”酱油,为了突出“更健康”,外包装上特意把“0”用超大字体标注,配料表里的食用盐专门注明“未加碘”。而普通酱油除了这5种原料,还有谷氨酸钠、酵母抽提物、呈味核苷酸二钠、三氯蔗糖等。

在饮料专区,“0糖0卡0脂”成了基本操作。在不少商家眼里,不写上几个“0”,难免会被消费者质疑“有添加”。一款乌龙茶的配料表写着:水、乌龙茶叶、乌龙茶粉、食品添加剂。相比其他茶类饮料,配料表简洁不少。甚至食盐包装上都会写着“0加碘、0加氯化钾”,一副要把消费者眼里不健康的东西都“清零”的态势。

“这款生抽‘0添加’,你看配料表很‘干

沧州晚报

分类广告

(资源置换)

13091164900



物业公司招聘

宏宇城附近学校上班,男女不限,身体健康,60岁以下,月工资2000元,正常班,双休。电话:13383075828

沧州食品公司招聘

送货工4200-5000元;业务员4500-8000元。以上岗位45岁以下,月休四天,带薪年假。地址:运河区南外环疗养院附近。微信:13091164900

养老院招聘

院长助理,男女不限,50岁以下,中专以上,3000元+奖金,月休四天,上三险。要求懂办公,有责任心和有爱心,工作长期稳定。地址:沧州市运河区 微信:13091164900

弹簧公司招聘

操作工,冲压工要求:45周岁以下,有制造业经验优先。工资4000-5000元,单可住,管中餐。地址:沧州市新华区交通北大道 微信:13903178583

招聘

保洁员,要求:女,55岁以下,身体健康,每周休1天,待遇面议。电话:2012968

餐饮公司招聘

1、学校餐厅管理人员,男,6000元以上;
2、会计,35岁以下,工资3000元,月休四天,最好做过餐饮行业的,在运河区高校工作。以上人员包吃住。微信:13091164900

食品调料商贸公司招聘

1、业务员2名,女,25-40岁,底薪加提成3500-5000元;
2、市内电三轮送货工1名,男,20-45岁,3500-4300元;
3、小货司机1名,男,25-45岁,4500元。
地址:沧州市新华区南外环王御史汽配城、曹庄子路口附近。微信:13091164900

电器销售公司招聘

1、家电维修维修工:主要安装维修产品:热水器、烟机灶具,有无经验均可,带薪学习,工资+五险;
2、商场导购员:有销售经验优先,底薪+提成+五险;
3、业务经理:有销售经验优先,底薪+提成+五险。
地址:运河区王御史汽配城南 微信:13091164900

超市招聘

理货员,女,50岁以下,下午班14:30-22:30,工资2700元,有经验者优先,要求工作认真。微信:13091164900

食品调料商贸公司招聘

业务员2名,女,25-40岁,底薪+提成3500-5000元;市内电三轮送货工1名,男,20-45岁,3500-4300元;小货司机1名,男,25-45岁,4500元。电话:13292719181

万盛包装制品有限公司招聘

1、带车司机:18000元-30000元;带尾板的货车6.8的或者是4.2的最好,小高栏,厢货可以;
2、装车工,男,55岁以下,5000-6000元,不出厂,只装不卸,可住。
地址:沧州市沧东经济开发区 电话:15075726658 杨经理

河北泡塑制品有限公司

因公司扩大生产规模招聘:

1.销售经理,45岁以下,保底6000元,有相关工作经验,有能力高薪可议;

2.销售内勤,业务数名,45岁以下,薪资待遇:月工资4500-8000元;要求:具备良好的沟通和解决问题的能力,有建筑、建材行业经验者优先录用;优秀大中专毕业生最好;

3.司机2名,4.2米车,50岁以下,6000-8000元,有餐补。公司有食堂住宿,位置优,后勤岗位月休四天,沧州市区女性职院附近有班车接送,节假日有职工福利,年度旅游,工作优越者可升职加薪。试用期1-3个月,后签订正式合同,上三险。
地址:河北省沧州市沧县张官屯工业园区 微信:cangzhouzhichang

家电公司诚聘

销售经理2名,业务员2名,导购员3名,年龄45岁以下,高中,喜欢销售工作,月休四天,五险。微信:shichengrenli

食品商贸公司诚聘

送货工数名,男,50岁以下,吃苦耐劳,人品端正,做事仔细认真,有经验优先。
地址:沧州市运河区四合菜市场 电话:13084518211

新华区饭店招聘

勤杂工,男女不限,30-50岁,上午时段10:00-15:00 2500-3000元;下午时段16:00-23:00 3500元,以上人员有工作经验优先,要求干净利索,有亲和力和执行力,有正常沟通表达能力,包吃住(伙食好),工资可周结。上班灵活,有上升空间。
地址:沧州市新华区新开路 微信:13091164900