

消费指南

豆腐不是越白越好

豆腐营养丰富,能制成多种美食。很多人买豆腐时,会觉得颜色越白越好,事实恰恰相反。

豆腐由大豆和水制成,正常情况下应该呈乳白色或淡黄色。其中的淡黄色大部分来自胡萝卜素。豆腐中的核黄素也略带黄色,有助于维持皮肤、口腔和眼睛健康。有些商家为了让豆腐看起来更白,会在制作时加入豆腐增白剂,其主要成分是乳化剂、复合磷酸盐、甲醛、单甘酯、漂白复合剂等,常吃这样的豆腐对健康不利。

除了看颜色,豆腐的储存条件也非常重要,应尽量买冷藏保存的。如果是挑散装豆腐,无法看保质期,可以关注以下 3 点:第一,不要选气孔多的,这是豆腐长期存放、水分流失过多的标志;第二,正常的豆腐表面微微湿润,但整体比较干爽,如果黏液多,说明放置时间长、不新鲜;第三,新鲜豆腐含水量多,用手轻轻按压,能够明显感受到弹性,说明豆腐新鲜。

王兆宇/文



据“新华社”

直播间卖爆的保健神器真有奇效吗

电商直播在改变传统销售模式的同时,也成为少数不法分子兜售假冒伪劣产品的“灰色地带”,各种参差不齐的保健类产品出现在各大直播平台。一些热销的发电背心、降压手表等产品专盯老人、渗透乡村,这些被主播吹捧的保健品真的有奇效吗?

发光、发电、释放能量,“雷人”的保健商品

某直播平台,一位主播把灯泡放在其推销的“航天暖玉羊绒马甲”上,灯泡一下就亮了,与其“连麦”的另一位主播配合着惊呼:“哇,这个衣服居然有能量啊!”据该主播介绍,这一产品加了 0.06 安培的微电流,能为老年人补充能量。

观看完直播后,57 岁的刘女士花 99 元购买了该功能马甲,但在家用灯泡尝试,并不能像宣传的那样可以发电,也没有感觉到具有治疗腰及颈椎病的效果。国网运城供电公司运检部专责工程师董云尧说,衣服上连正负极都没有,灯泡显然是不会亮的,况且超过 0.05 安培的电流会对人体造成生命危险,请消费者不要上当。

此外,过去多次被曝出涉嫌广告违法、虚假宣传、误导消费者等问题的降血压手表,如今卷土重来,又活跃于电商直播间。一名直播间主播声称,降

压表背后的稀土永磁体对穴位按摩能起到改善血压的效果。在回答患者“降压手表真的有用吗”的提问时,北京某医院心血管内科主任医师刘德平表示,高血压属于慢性的终身疾病,需长期使用降压药物配合饮食治疗,降压手表不具备降低血压的作用。

专盯老人、渗透乡村、花样诱导

随着县乡居民收入持续增长和老年人健康意识的不断提高,保健产品市场已逐渐渗透到乡村等下沉市场。

直播间变剧场,演戏炒作卖货。刷视频、看直播已成为很多老人打发时间的乐趣,一些主播摸透老人的心态,处心积虑地设计一些家长里短、邻里纠纷等剧情引流。在某直播间,一名主播前一刻还在绘声绘色地讲述帮外甥女治病的剧情,待讲到关键处,突然将 1 万多名粉丝引至另一个推销保健品的直播间。

天上掉馅饼,饥饿营销下套。一些主播雇“托儿”混迹于粉丝中,以患者的身份“现身说法”,并制造争先恐后购买产品的假象。记者在某直播间里看到,一件号称专柜 1800 元一套的理疗仪,女主播和商家你来我往“表演”砍价,经过一番争吵,女主播最终决定“自己补贴

800 万元”,给粉丝 199 元两件的“骨折价”。

留守老人缺关爱,线上也打“情感牌”。农村老人子女外出打工较多,在直播间里一口一个“老爹老妈”的情感攻势下,容易被虚假广告所蒙骗。尤其是一些老年人科普知识相对欠缺,浅显地以为产品能发光发热,就有治疗效果,再加上高科技的“帽子”和互联网+的“马甲”,更容易被误导。

强化平台把关,拓宽申诉渠道

针对直播间售卖假冒伪劣产品问题,中国人民大学法学院教授刘俊海认为,直播间保健神器之所以乱象频出,一方面是少数企业和主播缺乏对法

律的敬畏之心;另一方面也说明相关监管仍然存在一定的漏洞和盲区,直播平台应进一步发挥好应有的为消费者把关、放哨的职责。

电商平台不能因为网络渠道的便利性而放松了对商品经营销售各环节的把关,不仅要关注商品本身的采购、入库、销售,更要承担起对直播间的管理职责。

此外,受访专家均表示,随着科技进步加快和人口老龄化程度增加,老年人的养生健康意识明显提升,相应的科学普及有待进一步加强,应通过有效措施提升老年人的消费理念和科普意识。

保鲜膜应该这样用

在生活中经常会用到保鲜膜,它可以帮助保鲜剩菜、剩饭等食品。需要提醒的是,正确使用保鲜膜非常重要。具体来说,应注意以下 4 个方面。

不能加热 PVC 或 PE 保鲜膜的耐热温度为 110℃,若放进电锅、烤箱或微波炉中加热,容易变软或变形,进而释放出有毒化学物质,所以,保鲜膜不能加热。

不要接触食材 使用任何

材质的保鲜膜都要距离食物至少 2 厘米以上,特别是火腿、香肠等高油脂食物。让保鲜膜只和容器接触,若食物过多,可把食物放进较深的碗或玻璃盒中。

避免接触热气 食物放凉后,再把保鲜膜覆盖在容器上,避免热气上升接触到保鲜膜,释放出有毒物质。

蔬果洗过再食用 包有保鲜膜的蔬果要彻底清洗后再食用。

胡佑志/文

妙招共享

挑选榴莲小窍门

有人说,开榴莲就像开盲盒。其实,了解几个小窍门,就能帮你吃到好水果。

看:颜色偏黄表示成熟,若是暗黄或偏褐色则有些熟过头。外表尖刺越多、越密集,说明果肉越多。微微开口但不会看到过于明显的果肉最佳,裂开太宽的则是熟得太过。

闻:靠近榴莲的裂口,闻之有生味,代表还没熟透;闻着有酒味,说明成熟过头;如果闻到榴莲的香甜味正好,则可以放心购买。

听:熟榴莲果壳和果肉之间是有空隙的,拿起来轻轻摇一摇,如果能听到细微的声响,说明这个榴莲已经成熟。

捏:捏住榴莲外壳上相邻的两根



刺,微微用力向内靠拢,若能轻松捏动,代表其成熟度高;如果刺又尖又长且不容易捏得动,说明榴莲的果肉少、皮厚,还没有熟透。用指甲捏榴莲的果柄,如果留下指甲印说明较新鲜,若是柄比较干枯,说明存放时间比较长,不太新鲜了。

马健/文

选购电动晾衣架做到“三注意”

电动晾衣架是一种新型智能家电,因为配有电机,用户可以通过遥控来控制升降,除此之外,还有烘干、消毒、照明等附加功能,满足了用户晾晒衣物的需求。为帮助消费者科学选购电动晾衣架,上海市场监管部门提醒大家,在选购时要注意以下几点:

优先考虑最大承重

普通机型一般可以提供 35 公斤的承重,普通三口之家使用已经足够。人口较多的家庭,可以选择带伸缩杆且承重更大的电动晾衣架。注意不锈钢钢丝绳的线径,一般 1.5mm 的不锈钢钢丝绳粗软适度且具有高韧性,能承受

较大的重量。

选择合适材质功能

钛合金和航空铝材质的晾衣架轻巧且坚固耐用,不易生锈;带有超重即停、遇阻即停、蜂鸣报警等防护功能的产品,可以有效保障用户安全、延长产品的使用寿命。

了解不同电机特点

直流电机升速快,噪声小,而交流电机耗电高,使用寿命长,消费者可根据自身需求选择电机。在购买时,可以将器具通电后检查内部有无异响以及升降过程是否平稳,来判断电机好坏。

王璐/文