

# 《活着要懂添加剂》

## 图书基本信息

书名：《活着要懂添加剂》

13位ISBN编号：9787211071133

出版时间：2015-2

作者：俞惠星

页数：256

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《活着要懂添加剂》

## 内容概要

本书以家庭情景剧的形式，曝光了藏匿于生活各个角落的添加剂。将添加剂从深不可测的加工领域拉回到我们的餐桌上、我们的衣食住行中。

书中全面揭秘衣食住行中滥用添加剂的花招，厘清关于添加剂的种种错误观念，打开人们心中一个又一个不一样的添加剂心结，提供给消费者辨析添加剂、防范有害物质侵扰、提升生活品质的实用方法和生活经验。

# 《活着要懂添加剂》

## 作者简介

俞惠星

20余年食品及相关行业经营管理经验

30年来持续关注社会生活和心灵世界

著名食品专家，多家媒体专栏作者

曾执掌浙江省金华火腿公司

走访过数以百计的生产加工企业

查证过上万件涉案假冒伪劣产品

## 书籍目录

### 第一篇揭色篇/1

#### 第一章迷失方向的染色食品/2

染色鱼引出添加剂/2

QQ群里的“色”秘密/6

染色馒头的话题/8

#### 第二章让你我都惊讶的漂白食品/12

洗蟹粉洗出来的山寨大闸蟹/12

凤爪背后的“白色恐怖”/14

都是漂白剂惹的祸？/17

食品乱“打磺”，靠谁来“扫磺”/22

#### 第三章菜篮子里耍魔术，蒙的是谁/26

紫薯掉色很自然，鱼上麻药为了啥/26

虾丸无虾、蟹棒无蟹谁的错/30

自从黑调料搭上白腐竹……/34

#### 第四章“保健品”在“践踏”你的健康/39

血燕，燕窝中的珍品还是“鸠品”/39

虫草怎么成了“夺命草”/40

鹿胎膏羊胎造，“指羊为鹿”谁知道/43

保健食品中的“红白两道”/44

#### 第五章炒货里暧昧的“光”与“色”/50

糖炒栗子炒出“案子”/50

瓜子也“化妆”？/55

#### 第六章潜伏在化妆品里的“牛鬼蛇神”/62

美白肌肤，禁得起“一夜漂白”的诱惑吗/62

你会把水银往脸上抹吗/63

千百年来，多少女人知道自己“铅”辛万苦/65

化妆品“花样”多，手指甲“手法”凶/67

染指甲，染头发，染……骨头？！/69

美瞳招眼也招祸？/73

### 第二篇问香篇/75

#### 第七章遇到重口味“伴侣”，你hold得住吗/76

“咖啡”没有“伴侣”香？/76

三聚氰胺始“添假”，反式脂肪终添乱/79

没有“奶”也没有“茶”，就是管它叫“奶茶”/83

你愿意喝“不用豆子磨的豆浆”吗/84

#### 第八章超市里的诱惑和困惑/88

甜蜜的毒枣/88

膨化食品难“休闲”，油炸食品不“方便”/90

“铝毒”猛于虎/93

松软的面包，温柔的一刀/98

天天腌、熏、烤，你说好不好/101

#### 第九章“假粗粮”引出的“真话题”/108

爆“粗口”的“粗粮馒头”/108

蜜饯，蜜饯，“口蜜腹剑”/110

食品都有添加剂？/112

PM25也与随意“添加”有关/116

防“添假”于未然/119

- 参不透的“人参乌龙茶”/121
- 第十章每逢佳节倍“添堵”/123
  - 月饼年年见，何止“去年馅”/123
  - 元宵何以成“元凶”/125
  - 语“粽”心长话端午、饺子露“馅”坑煞人/127
  - 儿童过节：玩具的苦恼/129
- 第三篇辨味篇/135
- 第十一章卤味用啥“入味”/136
  - 自家煮的肉，为啥没卤味店的光鲜/136
  - 打酱油不轻松/140
  - 卤味水嫩的“秘招”/143
  - 嫩肉粉何以让“主妇”变成“巧妇”再变成“怨妇”/146
- 第十二章当心饲料添加剂，变为餐桌“添乱剂”/150
  - 瘦肉精引发的导火线/150
  - 水产也有“瘦肉精”？/156
- 第十三章餐厅就餐，要提防被“暗算”/164
  - 啤酒泡沫藏玄机/164
  - 果汁“现榨”还是“现调”/166
  - 苏丹红走了，它的“亲戚”又来了/169
  - 鱼翅藏“毒刺”，还是不要吃/171
  - 一滴香里的“高度机密”/173
- 第十四章“老字号”又“添”新烦恼/176
  - 死猪做肉松，居然“白又松”/176
  - 阿胶不用驴皮做——驴也是这么想的/179
  - “粉丝”也掺假，“大牌”谁捧场/180
  - 平遥牛肉“骡马”造/185
  - 金华火腿做的“高汤”会变成“药汤”吗/186
- 第四篇现形篇/189
- 第十五章不请自来的“衣冠禽兽”/190
  - 美靠靓装，靠得住吗/190
  - 校服为何暗藏“杀机”/192
  - 谁有“牛仔裤皮炎”/197
  - 干洗店里的“刺客”/199
- 第十六章“生活用品”会变成“生活毒品”吗/203
  - 有毒塑料袋，“袋袋”在相传/203
  - 三聚氰胺“隐姓埋名”做餐具/207
  - “卫生筷”卫生吗/208
  - “变废为宝”的垃圾纸变成了餐巾纸/211
  - 不粘锅，不粘食品粘人品/213
- 第十七章儿童食品，隐含哪些“少儿不宜”的东西/215
  - 小学生能突破“五毛钱零食”的“围剿”吗/215
  - 都是汉堡惹的“祸”/219
  - 别老拿防腐剂说事/223
  - 饼干能当饭吃吗/226
  - 色素、甜蜜素、抗生素有多少未知数/228
- 第十八章“无形”之中，甲醛“逞凶”/233
  - 空气清新剂，后果谁来“计”/233
  - 新车上路三年“香”/237
  - 高档车沥青“造”，请你坐要不要/240

# 《活着要懂添加剂》

“家家”有本难念的经/242

附录/250

附录1食品中可能违法添加的非食用物质名单/250

# 《活着要懂添加剂》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)