



很想吃到会变味和会发霉的食物

我们不怕一切食物都在中央厨房集中烹制生产，我们也不怕千店一味，我们怕的是食物不变味、不会发霉，因为这种食物全身都含有添加剂。

□ 撰稿 | 钟成泉

有关预制菜的新闻屡屡影响到我对饮食的一些思考。特别是预制菜进入到学校的食堂后，引发了广泛的热议。有一些家长反应非常强烈，甚至不惜一切代价要阻止预制菜进入校门食堂。他们认为预制菜是极不卫生、极不含营养的食物，而且添加剂含量高。对孩子的健康是非常有影响。

“健康的身体都没有了，读书还有什么用。”家长们扬言，如果处理不好，他们会亲自送食物到学校去，确保孩子的饮食安全。

预制菜真的那么恐怖吗？带着这个问题，我思考了一段相当长的时间，并试着以一个多年厨师的个人理解先弄清楚什么是预制菜，然后再做一次分析。

什么是预制菜？

曾经有过各方人士咨询我这个做了几十年的厨师，到底什么是预制菜，我也作过正面回应。我认为以前已经

上图：浏阳市省级农业科技园区一家预制菜企业工作人员在生产车间对预制菜成品进行出库前检查。

有过的一些罐头食品和市面上流通的一些食物，即是现在所说的预制菜。罐头食品和在市面流通的一些食物，它们都是可以直接食用，无需再烹制，或者简单加工即可食用。

一些食物在过去有，今天也有，而且还在经营，它们都是事先经过烹调，拿到市面销售，消费者拿到家里即吃的或者加热即可食用，也应该算是今天所说的预制菜。这类食物诸如鱼饭、鱼丸、牛肉丸、墨鱼丸，卤鹅、卤鸭、白斩鸡、卤肉、