

## 预制菜的官方标准

按照中国烹饪协会发布的标准，预制菜是“以一种或多种农产品为主要原料，运用标准化流水作业，经预加工（如分切、搅拌、腌制、滚揉、成型、调味等）和或预烹调（如炒、炸、烤、煮、蒸等）制成，并进行预包装的成品或半成品菜肴”。

### 预制菜一般分为四类：

**即食食品：**如八宝粥、即食罐头

**即热食品：**如速冻汤圆、速冻饺子、自热火锅

**即烹食品：**就是半成品菜肴，在锅里一加热就可以食用

**即配食品：**最常见的是各种沙拉、免洗免切的净菜



今天，预制菜的发展，从某种角度上看，这种快餐形式，或许也是预制菜的前身吧。

## 预制菜的前景

预制菜由于是一项美好的设想，能促进饮食生产，而且有一个庞大的市场量，各地方迅速行动起来，纷纷设立了专门机构，甚至投入资金，于是很快便有了一批预制菜被推出。我认为，提倡者一定是站在高位上看问题。如若在食品安全的范畴内，推行预制菜的设想是没问题的。

预制菜作为食物生产烹制，大都是集中采购、集中生产、集中烹制、集中派送，因而被称之为中央厨房。如今有一些经营店，也都采用了这种中央厨房生产预制菜品和点心。如果质量和各项指标都符合标准，消费者都乐意接受了，我认为，这能让经营者省掉许多人力和物力，何乐而不为呢？

问题是，预制菜出现后，有一部分是原来就有的食品，只是改了一个名称而已。而一部分是质量下

降，更可怕的是生产者借用添加剂，让这食物改变味道和延长它们的保质期，这才引起了很多人的关注。

怎么办？人们开始焦虑了，纷纷对预制菜提出看法：“过去隔夜菜都提倡不吃，说亚硝酸盐加重了，对人体有害，甚至会癌变。如今这种预制菜则是能隔月，甚至隔年吃。能让食物保质达一个月或者一年，不知道需要投入多少保鲜添加剂，想想有点可怕。”

什么是添加剂？范围太大了。

我们平常在炒菜的时候，加点酱油、鱼露，可以说是一种添加剂加入，也可说是一种调味。加点味精胡椒粉，也可以说是添加剂。而现在一些食物被人为加入“硼砂”“甲醛”“孔雀绿”，这一些也都算是添加剂的范围。

我不是化学师，不懂得这些添加剂的化学概念，不懂得加入的分量是多少才合适。我只知道这些添加剂的加入后，改变食物的味道和本质，因而我一直都很小心地关注着。

很多年前，有人披露过某沿海地在晒制腌制的咸鱼时候，生怕苍蝇来叮住咸鱼，因而在咸鱼身上喷

上农药。水产经营者生怕养鱼池上产生细菌，便加入了一种叫“孔雀绿”的化学药水。虽然消毒了，残留了的“孔雀绿”却对人体有害。为了让海鲜不变质，有经营者悄悄地将“甲醛”注入到冰水中，因而鱼好看了，也不容易变质了。为了让肉丸类有弹脆的口感，一些人在加工过程中注入了“硼砂”，而“硼砂”是被定为有致癌的成分，列为禁物。

种种迹象表明，食材在不知不觉中被添加了太多的添加剂。

大家不知道有没有发觉，现在的菜市场上都难以发现苍蝇。苍蝇不来了，或许和这些人人为的添加剂有关系（猜猜而已）。

由此而想，我们都在不知不觉中接受这一类食品，吃到这一类带有各种各样的添加剂食物。这种食物，真的对人的身体没有伤害吗？

前不久，听一位教授在谈及机器人的发展。他说：人发明了机器人，人最终会被机器人打败。具体的理由我不清楚，而我理解其中有一句话，机器人被集中了10人的思想知识和智慧，为什么打败不了一人呢？是啊！一个人的知识和智慧是有限的。

这是一种非常简单的理解方式。当你理解后，往深处想，机器人是可怕的而人更是可怕的。

也正是如此，我不禁要问：预制菜在添加剂作用下，能存放久了，它的原味在哪里，营养在哪里？

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。行文至此，我多么希望能再吃到曾经那种能变味、会发霉的食物。（作者为潮州菜大师）