

<<零食安全>>

图书基本信息

书名：<<零食安全>>

13位ISBN编号：9787512501225

10位ISBN编号：7512501226

出版时间：2010-11

出版时间：精品购物指南报社、《精品购物指南》报社 国际文化出版公司 (2010-11出版)

作者：精品购物指南报社 编

页数：124

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：<http://www.tushu007.com>

<<零食安全>>

内容概要

零食虽拥有众多粉丝，但始终难以摆脱低营养、多问题的整体形象。而零食中普遍存在的食品添加剂、反营养物质与卫生隐患，更成为消费者心中的“定时炸弹”。由此，精品购物指南报社《乐享》编辑部联合时尚研究院、搜狐女人频道和众多营养测评机构，通过样本检验、街头拦访与网络问卷等多种形式，对零食消费市场进行了调查，了解消费者心目中对零食行业的真实评价。

并在此基础上甄选了十类常见零食近百种单品，从成分检测与品牌青睐度两方面对零食产品及品牌进行深度调查。

在这本书中所挑选的零食单品中，其中包括众多消费者喜闻乐见的零食品牌。根据这些零食中可能隐藏的危险成份进行检测，检测结果显示，所选的零食均为安全零食，透过安全零食，一起揭秘零食的营养安全问题，是消费者挑选零食时必备的生活服务类口袋工具书。

<<零食安全>>

书籍目录

50种让你零食不离口的场景星座爱零食排行榜心理测验：从吃零食看你是哪种性格？
零食话题：警惕抽屉里的零食杀手第一章：乳饮料篇——不想长大的kidult的生长素零食解读：乳饮料能代替奶吗？
零食揭秘一：乳饮料：“未达标者”——蛋白质乳饮料的安全检测图典玛花纤体温馨TIPS1第二章：果汁篇——补充VC补充美丽零食解读：果汁饮品，越喝越健康吗？
零食揭秘二：果汁：“甜蜜陷阱”——含糖量果汁的安全检测图典玛花纤体温馨TIPS2第三章：冰品篇——清爽一夏的贪凉享乐各国奇趣冰激凌大集合小心！
冰激凌中的添加剂零食揭秘三：冰品：“反派族群”——细菌总数冰品的安全检测图典玛花纤体温馨TIPS3第四章：薯片篇——消磨时光的零食伙伴零食解读：薯片的故事：从较劲开始的小食品薯片的名字：英系美系叫法大不同零食揭秘四：薯片：“叛徒”——铝含量薯片的安全检测图典玛花纤体温馨TIPS4第五章：坚果篇——可果腹可消遣的零食世界四大坚果的养生之道零食揭秘五：坚果：“催肥大师”——热量坚果的安全检测图典玛花纤体温馨TIPS5第六章：蛋糕派篇——给有下午茶习惯的小资当下最流行的下午茶搭配零食揭秘六：蛋糕：“危险分子”——反式脂肪酸蛋糕派的安全检测图典玛花纤体温馨TIPS6第七章：果冻篇——OL们必备零食NO1吃果冻能减肥吗？
健康吃果冻零食解释：甜蜜素的“甜蜜”零食揭秘七：果冻：“糖衣炮弹”——甜蜜素果冻的安全检测图典玛花纤体温馨TIPS7第八章：糖果篇——消除压力的神奇零食对糖果的记忆：数数儿时的糖零食揭秘八：糖果：“非法入侵者”——三聚氰胺糖果的安全检测图典玛花纤体温馨TIPS8第九章：话梅篇——给平淡生活调调味大话话梅——关于话梅的历史典故零食揭秘九：话梅：“致癌因子”——亚硫酸盐话梅的安全检测图典玛花纤体温馨TIPS9第十章：火腿肠篇——为无肉不欢的人准备的充电零食火腿肠的营养体检卡美食小贴士：学德国人一丝不苟吃香肠零食揭秘十：火腿肠：“隐藏杀手”——大肠菌群火腿肠的安全检测图典玛花纤体温馨TIPS10.....

章节摘录

版权页：插图：吃果冻能减肥吗？

外形玲珑剔透，口感QQ的果冻，有减肥的作用吗？

近日，在日本刮起了一阵“果冻减肥法”的旋风。

用果冻代替正餐，令小胖妹们既满足了食欲，又让身材越来越苗条，究竟果冻能不能减肥呢？

在果冻的配料表中，可以看到海藻酸钠、琼脂、明胶、卡拉胶这些物质，它们属于水溶性膳食纤维一族，可以增进消化，是肠胃的清道夫。

现在的办公室人多是久坐不动，时间长了，腰间就藏了个游泳圈，而多食用富含膳食纤维的食物，可以帮助肠胃蠕动。

在无法及时补充蔬菜、水果的情况下，吃点果冻可以有效的增进消化。

果冻可以减肥的另一个优点就是热量低，按白糖添加量15%计算，每一个15克重的果冻在体内产生的热能为8.93千卡，而普通成年人每日热能供给量约为2500千卡，而且果冻中几乎不含蛋白质、脂肪等任何热能营养素，想减肥或保持苗条身材的MM可以放心食用。

品品英式下午茶说起下午茶，首先想到了英国，午后时分名媛仕女们优雅自在地聚在一起，精致的小点心配红茶，轻松惬意。

下午茶的习俗是从何而来的呢？

相传早在19世纪初期，有一位懂得享受生活的公爵夫人，经常在下午3，4点的时候，闲来无事就邀请亲友前来共聚聊天。

谈话间，她会让女仆烤些饼干、点心，再选家中最高级、优雅的茶具来冲泡红茶。

没想到这种风尚竟然在贵族社交圈内蔚然成风，形成了一种下午茶文化，还衍生出各种礼节。

说起英式下午茶，据说正宗的特色有三种：优雅舒适的环境：请客的主人都会在花园、客厅里宴客亲友，一方面是显示出主人的身份，还显示出主人把客人视为尊贵上宾的态度等。

高档的饮茶器材和食物：当宾客都落座之后，主人会吩咐女仆在客人面前打开茶叶，取出家中上等的茶具——细瓷杯碟或银质茶具，茶壶、过滤网、茶盘、茶匙、茶刀、三层点心架、饼干夹、糖罐、奶盅瓶、水果盘、切柠檬器，全都银光闪闪，晶莹剔透。

提前准备好的点心由主人亲自烘焙制作，体现出用心。

<<零食安全>>

编辑推荐

《零食安全:十类安全零食营养大调查》编辑推荐:安全零食中的“陷阱”:“催肥火师”“糖衣炮弹”“致癌因子”……TO想用零食减肥的白领,TO抑制不住的零食控们,选择零食必带的口袋工具书!

揭秘十类安全零食,零食话题,警惕抽屉里的零食杀手。

50种让你零食不离口的场景。

《精品购物指南》简介:1993年1月8日创刊,是我国第一份彩色印刷的时尚生活服务类报纸,被业内人士誉为“中国时尚生活媒体第一品牌”。

从创刊之日起,《精品购物指南》始终以倡导积极、健康、高品位的生活方式为己任,吸引着京城上百万主流人群,成为“时尚北京人的消费参考和生活顾问”。

目前,《精品购物指南》旗下已拥有一系列时尚生活媒体:《风尚志》《优品》《世界》《数字商业时代》,以及沈阳《时尚生活导报》、广州《精品生活》等。

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:<http://www.tushu007.com>