

■海都记者 罗丹凌
实习生 何丹莹

时下,正是西瓜成熟、大量上市的时节。吃不完的西瓜,很多人会习惯性地将其放进冰箱保存。最近,不少市民在网上分享了五花八门的西瓜保鲜方法,例如“保鲜膜保存法”、“锡纸保存法”以及“大蒜保存法”,这些方法号称可以延长西瓜的保质期,西瓜放在冰箱里三四天都不会坏,这到底靠不靠谱?不少网友都说,大蒜有杀菌效果,把蒜头放在西瓜上,有助于减慢细菌生长的速度。对于这种说法,福建省农科院果蔬专家薛珠政表示,大蒜保鲜的作用和效果很小,它不能完全阻止西瓜变坏。更重要的是,用大蒜来保鲜的方法,可能会导致大蒜的气味渗透到西瓜里面,从而影响食用的口感。保鲜膜的作用有方便储存、避免串味以及卫生安全,在将西瓜放进冰箱前,很多人会选择给西瓜盖上一层保鲜膜。有一种说法是“西瓜盖上

保鲜膜,细菌增10倍”,是这样吗?福建省农科院农产品加工研究所副所长林晓姿告诉记者,短时间内封盖保鲜膜与细菌生长没有过多联系。因此市民购买合格厂家生产的保鲜膜,进行封盖即可。那么,“锡纸保存法”靠谱吗?林晓姿强调,锡纸的保鲜效果不见得优于保鲜膜。给西瓜盖锡纸就相当于盖了一顶松散的帽子,不仅不牢固,也容易串味,短时间内放置选用保鲜膜即可。“微生物的滋生增长,要看切开的西瓜放置了多久。”林晓姿表示,这与瓜果的品种无关,长时间放置都容易滋生大量微生物。因此,市民朋友可在食用时,揭开保鲜膜后先切除表面部分,如果发现变质应当及时丢弃。林晓姿还告诉记者,目前比较靠谱的方式就是现切现吃,已经切开但还未吃完的西瓜要及时放进冰箱冷藏。夏季天气炎热,瓜果容易过熟放坏,大家买瓜、吃瓜时量力而行,尽量不吃隔夜瓜。

□知多一点 哪些人群要慎食西瓜?

西瓜属于高升糖指数的食物,其升糖指数为72,糖尿病人应谨慎食用。由于西瓜水分含量较高,含糖量较低,所以,对糖尿病人来说,可食用但不可多食(一次食用量控制在100g左右),且注意食用时间,最好在两餐之间,如上午9点到11点或者下午3点到5点。不可在餐后立马进食西瓜,最好根据自己的进餐时间进行调整,吃瓜前后最好进行血糖监测,防止血糖剧烈波动。

胃肠功能弱的人群要慎食。西瓜中的酸性物质可能会刺激胃黏膜,引起胃部不适,甚至会出现腹痛、腹泻等症状。肾功能不全人群也要慎吃。西瓜中含有丰富的钾元素,大量进食西瓜会引起肾功能不全患者出现电解质紊乱,引起高钾血症。此外,肾功能不全者下肢易水肿,西瓜中水分含量高,食用西瓜会引起血容量增加,诱发急性心力衰竭,尤其是一次大量食用西瓜后。

吃瓜群众用大蒜保鲜靠不靠谱

不可靠,最靠谱的还是现切现吃,而且尽量不吃隔夜瓜
专家表示,大蒜保鲜作用和效果很小,还会串味影响口感;『锡纸保存法』也

□小贴士

相比其他水果,西瓜属于比较容易“坏”的一种。首先,普通西瓜个头大,一次很难吃完,本身就比其他水果更容易被剩下。其次,切西瓜的过程中,很容易沾染细菌。如果切瓜之前没有好好清洗瓜皮,或切瓜的刀、砧板不干净等都有可能将细菌带到西瓜表面。西瓜中的水分和糖

分可以说是很好的细菌培养基,再加上夏季温度湿度都很高,为细菌繁殖提供了绝好的客观条件。保存不当也是导致西瓜变质的重要原因。如果切开后没有及时密封住西瓜的切面,很容易被细菌污染,再放置在室温下,细菌的繁殖速度会非常快,西瓜很容易就变质了。决定西瓜变质速度的,是细菌数量、储存时间和温度等,和保鲜膜无关。如果保鲜膜本身是干净无菌的,在包覆西瓜时也没有被操作者的手、案板、瓜皮或瓜瓢表面的细菌污染,那么用保鲜膜包覆西瓜的操作能起到隔绝细菌污染的作用,延长西瓜的保质期。

今天给大伙分享一个好办法,不用冰箱,吃不完的西瓜这样保存放两天都不坏。西瓜正确的保存方法:只需要保鲜膜,或者超市的食品袋,再准备一盆凉水。用保鲜膜将西瓜包裹住,然后用牙签在保鲜膜上扎出一些小孔。将包裹好的西瓜慢慢放进凉水中(注:水不能超过西瓜表面),就这样放个两天都不成问题,这种保存方法就跟放地窖中的原理差不多。当你想再次食用时,先把西瓜最上面一层切掉,这样口感会好点。不过建议大家,西瓜还是现切现吃好;如果放冰箱最好不要超过24小时。(高质量生活家 科普中国)

这样保鲜 放两天都不坏

热浪滚滚

福州最高温达41℃

“卡努”去日本了,新台风“兰恩”或将生成,不过对我国近海无影响

■见习记者 周婉怡/文
海都记者 毛朝青/图

“卡努”去日本了 “兰恩”或将生成

第6号台风“卡努”昨天17时中心位于北纬27.8度、东经128.0度,中心附近最大风力30米/秒(11级,强热带风暴级)。预计“卡努”将以每小时10公里的速度向偏东方向移动,强度变化不大。据中央气象台消息,台风“卡努”预计6日上午移出东海,7日开始在日本南部洋面,逐渐转为偏北方向移动,趋

向日本九州岛南部一带沿海。眼看着台风“卡努”逐渐走远,但8月是台风“诞生”的活跃期。在未来10天,在南海及西北太平洋上可能有1个左右台风生成。不过好在,应该对我国近海无影响。按照台风命名表顺序,下一个台风叫“兰恩”,名字来源于美国,意义是风暴(马绍尔语)。

除此之外,据中国气象局发布,预计8月,在西北太平洋和我国南海有4至6个热带气旋(中心风力≥8级)生成,接近常年同期(5.6个)到偏少;其中有2至3个热带气旋登陆或明显影响我国;热带气旋盛行路径以西北行为主,同时也有北上、西行和近海转向路径,主要影响我国华东和华南沿海地区。

福州最高夜温破纪录 未来三天高温将持续

受台风“卡努”外围下沉气流影响,周末福建省天气以多云到阴为主,部分地区有阵雨或雷阵雨。在气温方面,大部分县市最高气温可达35℃以上,其中漳州、莆田、福州、南平四市的大部,泉州中部,宁德中东部,三明东部,龙岩东部的部分城区和其余地区的局部城区最高气温可达37℃~38℃,局部可达39℃~40℃。记者从福州气象台获悉,福州主城区乌山国家

气象站从4日20时到5日7时最低温在30.1℃,打破了有观测史以来最高夜温的纪录。截至昨日16时,福州已有多个站点温度突破40℃,最高温出现在台江市体育馆,达41℃。5日上午8时38分,福州气象台继续发布高温橙色预警信号:福州市区及高新区的部分乡(镇、街)最高气温可达38℃~39℃,局部超过39℃。受西南气流和弱切变

的影响,福州未来一周天气以多云为主,部分乡镇午后会有阵雨或雷阵雨,雷雨时可能会出现短时强降水等对流天气。未来三天高温持续在线,6—7日市区午后高温高达38℃左右。

福州市区今起三天天气

6日 多云 29℃~38℃
7日 小雨转阴 29℃~37℃
8日 中雨转多云 29℃~35℃



市民出行包得严严实实