

# 低温烹饪的特点及绿色烹饪与食品安全问题研究

安朋朋

昌吉职业技术学院 新疆 昌吉 831100

**【摘要】**在社会主义现代化新时期,随着科学技术的不断优化与发展,低温烹饪作为健康烹调法,现阶段被广泛应用。在食物自身所具备的特征不受影响的前提下,低温烹饪法能够避免食物营养成分的大量流失,也能够减少食物烹饪过程中存在有害物质,以保证食品安全。

**【关键词】**低温烹饪;绿色烹饪;食品安全

## 引言

为满足城市居民营养摄取需求,饮食烹调工艺也到改革与进步,不仅满足了人们味蕾,也增强了人们的食欲。低温烹饪法能够保证食物色香味与口感,满足人们对美味菜肴的需求。目前,绿色烹饪与食品安全问题被广泛关注,且得到了国家与政府的高度重视。为保障餐饮行业可持续发展,应该将绿色烹饪理念与食品安全问题相结合,在保证食品绿色、健康安全的前提下,促进国内餐饮行业的优化与发展。

## 1 低温烹饪的特点分析

目前,在我国食品行业市场竞争如此激烈的条件下,为保障食品质量安全问题,需要建立健全完善的食品质量安全管理系统,从而提升食品产业的市场竞争优势。在保证食品质量安全合格的基础上,实现食品行业的正常运行。而使用低温烹饪能够有效减少营养成分损失,保留原食物当中营养成分,还能够减少油烟污染,以满足人们对高品质及营养健康食品的需求。此外,低温烹饪法自身还具备成本低特征,有利于节省能源,以此推动绿色餐饮行业可持续发展<sup>[1]</sup>。

## 2 绿色烹饪的含义

绿色烹饪法有利于生态文明建设,使用无污染方式进行烹饪时,不仅能够保障社会群众的身体健康安全,也能够推动绿色餐饮与生态餐饮可持续发展。此外,绿色烹饪也可将剩余饲料,应用到养殖业与种植业中,在经过土壤加工的基础上,使其变为有机肥,从而促进生态发展<sup>[2]</sup>。

## 3 烹饪中的食品安全问题

### 3.1 原料安全方面

食品原料安全作为保障食品安全问题的关键因素,在社会经济与城市化建设不断发展的基础上,大气污染与生态环境问题越来越严重,约束了烹饪原材料生产。且蔬菜与肉类食物作为烹饪过程中较为常见的原料,为保障农作物与蔬菜茁壮生长,大多数农户通常会采用喷洒农药或是施肥方法,以提高农作物产量,但也存在大量农户为对农药与化肥使用量进行科学控制,不仅会限制农作物与蔬菜的有机生长,也会对人们的生命健康造

成威胁<sup>[3]</sup>。

### 3.2 食品烹饪方面

近年来,烹饪技术逐渐向多元化方向发展。在食品烹饪过程中,将食品原料与辅料融合烹饪,在烹饪工作开始前,严格挑选食材原材料。因此,应该使用科学烹饪方式,在提高食材口感的基础上,保证食材本身的营养价值不被破坏,不同食材的烹饪方式也不同,只有合理控制好烹饪时间才可有效保障食物的营养物质<sup>[4]</sup>。

## 4 食品质量安全现状

### 4.1 食品生产质量安全监管不到位

食品检验是保障食品安全的重要步骤,是食品安全监督中不可缺少的环节。所以应该加大力度对食品安全检测体系进行完善,确保食品安全,提高居民的生活质量,保证人们身体健康不会受到威胁。目前,关于食品安全监督方面,我国食品安全检测系统存在局限性,以抽样调查的方式进行检测,检测对象不够全面,会出现纰漏和误差。由于相关食品安全检测的费用都是食品厂商和消费者承担,加大了企业生产成本,政府监督职能也没能充分发挥作用,从而引发食品质量安全问题<sup>[4]</sup>。

### 4.2 生产技术较粗放

我国大多数食品生产企业对原材料的选择方式较为随意,在生产过程中,也没有使用科学技术作为支持,所以导致食品原材料质量不合标准。随着城市化的不断扩展,大部分乡村农户开始与城市食品行业开展合作机制,但由于乡村生产不具备先进的技术,多为传统的粗放生产形式,导致食品原材料质量不过关,且食物中还常常会有农药残留,会对人们生命安全造成威胁<sup>[6]</sup>。

## 5 解决食品安全问题的有效策略

### 5.1 监督食品辅料的生产

为食品质量安全得到保障,应该积极响应与贯彻绿色烹饪理念,建立健全完善的食品辅料生产监管制度,应用科学技术方法对食品辅料生产进行系统化监测。严格把控辅料生产的各环节与步骤,使添加剂与调味料的生产符合国家食品安全标准。还需要定期对食品辅料的使用计量进行抽样调查,杜绝使用未经允许的食品着色剂,发现不符合规格辅料生产厂家,按照相关规定给予严肃处理,以此保障食品辅料质量,为绿色烹饪奠定坚

实基础，从而实现餐饮行业可持续发展。

### 5.2 用合理烹饪方式

在对菜肴进行烹饪时，应该要严格按照《食品安全法》执行，科学、适量添加着色剂与调味品。尽可能使用低温烹饪法，以保证食品本身的营养物质不受影响，在添加色素时，也要把控使用量。在菜肴色香味得到保证的前提下，还应该提高绿色安全环保意识。使用绿色烹饪法，还能够实现人与自然的和谐发展，推动社会经济建设。此外，在对菜肴烹饪时，应该要按照相应标准，对食用油进行定期更换，对烹饪工具进行消毒处理，从而保证烹饪环境干净卫生，促进国内餐饮行业向绿色环保方向发展。

### 5.3 完善法律法规，提高企业食品质量安全意识

现阶段，关于食品质量安全问题建立了完善的规章制度，并列举了具体的解决方法，并为食品生产企业制定了相关标准。我国食品生产企业是依附于食品质量安全基础上才得以发展，将法律法规作为检测基准，并广泛应用于社会各行业领域中，使产品质量安全意识得到普及，使食品企业领导者明确遵守法律的重要意义。所以，相关食品生产企业需要对食品质量安全进行高度重视，保证食品行业的健康发展。

### 5.4 提高质量检测手段，对食品质量实现有效控制

目前国内食品生产企业需要增强对食品质量安全的管控。并制定科学合理的食品生产计划，以满足食品生产需求。可以对食品生产的全过程进行记录，将数据信息准确的录入到相关系统设备中，从而保证食品质量安全。如果食品质量出现问题，可以通过系统设备中所录入的食品信息，找到具体负责的工作人员，并进行妥善解决。要想食品生产企业健康发展，还需要构建验证系统，保证食品原材料的安全，并形成具有规模化的具体操作流程。

### 5.5 重视食品生产技术的研发

在食品企业对食品进行生产与加工时，需要不断引进先进的生产技术，以保证食品质量安全，充分发挥食

品企业的优势，并在市场中占有一定的竞争地位。要想提高食品生产安全质量，需要对传统生产技术进行不断的优化与创新，保证食品生产流程在技术支持下有效进行，实现我国食品企业的健康发展。

## 6 结束语

在城市化进程不断发展的基础上，城市居民的生活质量与生活水平得到了明显提高，进而对饮食需求也有了更高的追求。由于各区域城市间的烹饪方法与烹饪方式存在差异区别，人们对食品款式与口感需求也有差别，所以，应该积极提倡低温烹饪及绿色烹饪法，对食品安全问题给予高度重视，从而保证食品质量安全。

### 【参考文献】

- [1] 刘之林. 基于食品安全的低温烹饪技术研究 [J]. 现代食品, 2020(17):128-129+132.
- [2] 王丰. 低温烹饪的特点及绿色烹饪与食品安全问题研究 [J]. 现代食品, 2019(18):140-142.
- [3] 康晓风, 黎家奇, 闫寒, 崔震昆, 梁新红, 莫海珍. 真空低温烹饪技术在水产品加工中的应用及展望 [J]. 食品工业科技, 2019, 40(22):353-357+363.
- [4] 肖智高. 基于食品安全的低温烹饪的特点及技术要点探析 [J]. 食品安全导刊, 2018(09):143+145.
- [5] 应小青. 低温烹饪的特点及技术要点分析 [J]. 食品工程, 2015(04):33-36.
- [6] 赵霖. 低温烹饪与传统膳食的营养与安全特性 [J]. 中国标准化, 2010(09):16-19.