

这几种食品没有“保质期”，别再傻傻丢掉了！



大家在购买食品时，经常会先看“保质期”，毕竟“保质期”关系到食品的质量安全。也有不少人在购买食物时，喜欢买很多，但经常吃不完，存放一段时间后，发现过期了就直接扔掉。

但是你知道吗？有些食品是没有“保质期”的，即使存放很久也可以继续吃，劝你别再傻傻扔掉了！究竟哪些食物没有“保质期”呢？

蜂蜜

从营养学的角度来说，真正的蜂蜜是没有“保质期”的，即便长时间储存也不易出现发霉变质的现象。虽然市面上售卖的蜂蜜都标有明确的“保质期”，这是因为国家规定食品必须标明保质期，而蜂蜜的“保质期”大多为两年。蜂蜜中含有0.1%~0.4%的抑菌素，几乎没有水分，生活环境中存在的细菌几乎很难孳生。密封好的蜂蜜放在阴凉干燥处，一般是不会变质的。

保存得当的蜂蜜本身并无“保质期”，但有一个前提，蜂蜜不能是勾兑的假蜂蜜，且要足够成熟。

食盐

食用盐在制作过程中会出现氯化钠和化学物质，这样就能有效维持“保质期”。

因此，无论是什么盐，一般都不会过期，只不过会因为储存不当而出现潮湿结块的问题，其实也可以继续食用。

固体糖

固体糖类结构内部水分少、渗透压强，不利于微生物生长，不易污染，因此不容易变质，也没有“保质期”。

但是糖容易吸收湿气，如果放置不当，性质改变就会被微生物污染。如果放在阴凉环境下，避免高温、高湿环境，一般能保存很长时间，建议尽量将糖放在密封的容器中储存。

高度白酒

高度蒸馏白酒，特别是粮食酿造的高度白酒是没有“保质期”的，如果保存得当能够放很多年。

俗话说“酒是陈的香”，纯粮食酿造的白酒，在储存过程中微生物会继续发酵，味道会越来越醇厚绵柔。

老陈醋

据国家规定，酸度在4.5g/dL以上的老陈醋是可以免标保质期的，醋度到了这种程度，pH值过低可以明显抑制微生物生长，防止杂菌污染，也能达到长期保存的作用。

但是陈醋一旦开封后，难免会受到外界温度、空气的影响，如很多家庭一般会将陈醋放在炉火旁边，这时温度比较高，醋也容易暴露在空气中，受到微生物污染后，就容易过期、变质。

建议将陈醋密封放在阴凉避光处，但这并不意味着可以永久保存，若是陈醋液体变浑浊、有

沉淀物或是口感异常，则说明醋已经变质。

干黄豆

黄豆在晒干之后，其中所含有的水分很少，如果在干燥、阴凉、通风的地方保存，可以保存更长时间。

但是，如果黄豆的表面有明显的霉变现象，而且带有霉味或其他的气味，说明黄豆已经沾染上了黄曲霉毒素，千万不要再吃了。

生活中常见食品的“保质期”

一、蛋类

没有固定的“保质期”，3到5周一般都没有问题。鸡蛋最好冰箱保存，常温保存时，鸡蛋质量下降的速度比在冰箱保存快得多，最好尽快食用。

二、肉类

鱼肉、牛肉、猪肉、禽肉等新鲜肉食，冷藏时间最好不要超过2天。肉买回家后，如果不冷冻保存应尽快煮熟，熟肉冷藏时间稍长些。

三、米面

米面的“保质期”常温情况下是6个月至12个月。如果是在北方，只要不放在高温、潮湿的地方，在储存条件正常的情况下，则可以延长到24个月。

四、面包和糕点

面包、糕点这类散装食物，冬季“保质期”一般是7天，春秋为3天至5天，夏季只有1天至2天。因为这类食物富含水分，如果保存不当，面包、糕点很可能隔天就发霉，不能继续吃了。

五、食用油

在未开封的状态下，一般食用油的“保质期”是18个月。一旦开封后，食用油的“保质期”就会缩短，3个月内食用完是最好的，最好避光保存。

虽然有了“保质期”，但有些食品可能因为储存不当等原因提前坏掉。如果因为储存不当，发现有表面发霉、发黏、质地变软或硬，有苦、酸、臭味等情况，即使没过期也千万不要吃。

(来源：新华网)



社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐
自由 平等 公正 法治
爱国 敬业 诚信 友善

