

少吃盐,吃好盐

选食盐,看到这些盐就“购”了

□ 记者 刘丹凤

在历史上,很长的时间里,盐都是作为“硬通货”存在的,它在古代有着十分重要的位置。盛产食盐的地方通常能很容易地发展成区域性的商业中心。

早在8000年前,就有古人使用食盐的记录了。时至今日,盐业消费市场上多样化的产品供应、多层次的价格选择,更是让广大消费者眼花缭乱。

我们日常中最离不开的是调味品之一就是食盐了,无论做什么菜都要加一些进去,食物的味道才能更好。

经河南省工信厅审核、公示,许昌市盐业有限责任公司是许昌辖区内(含禹州、长葛、鄢陵、襄县)唯一一家具有合法食盐批发资质的单位。为了抵制不合格的“脚臭盐”,许昌市盐业有限责任公司从全国优质盐产地精心挑选具有合法食盐生产和批发资质的企业,调进名优食盐产品,满足全市广大消费者的各种需求。

以后去超市买盐,看到以下这些食盐请放心选购。

低钠盐

低钠盐是一种健康食盐,钠含量比普通食盐要低,且添加了一定量的氯化钾,帮助人体维持钠、钾平衡;协助预防高血压及心脑血管疾病,可以显著降低罹患心脑血管等疾病的死亡风险,适合中老年人和患有高血压病的人长期食用。减盐不减咸味儿。

需要注意的是,高空作业者、重体力劳动强度者、肾功能障碍者、服用降压药物的高血压患者等不适应高钾摄入人群应该慎用低钠盐。

精制海盐

精制海盐以渤海莱州湾天然海水的大粒盐为原料,经甄选自然晒

制,保留了大粒海盐的上乘品质,颗粒均匀,晶体透亮。不添加任何抗结剂,符合现代消费者绿色、营养、健康的消费理念。

中盐

中盐——母亲湖牌精制湖盐,产于锡林郭勒大草原深处的额吉淖尔盐湖,是中国唯一的草原盐湖。“额吉淖尔”系蒙古语,翻译成汉语意思为“母亲湖”。

中盐——母亲湖牌精制湖盐出自天然草原盐湖。无外来河流注入草原盐湖,盐湖完全依靠地下喷涌不息的甘泉滋养,造就了其绿色、健康的品质,含有丰富的矿物质元素,口感纯正,是烹饪美食的理想选择。

益盐堂

益盐堂甄选世界自然遗产保护区纯净海域的自然日晒原盐,天然海盐,保留了海洋矿物成分,可以为人体补充多种矿物元素。

天府珍井原料盐

天府珍井原料盐选自“天府之国”四川自贡地区地下千米的井矿盐,该井盐从东晋时期已有开采记录。该产品颗粒纯净、自然晶莹,是烹饪的佳品。

根据《中国居民膳食指南》建议,每个成年人每天食盐的摄入量不要超过6g,低盐、少油有利于身体健康。

盐具有助消化、参加体液代谢、消炎消肿等功效。

盐的咸味能刺激人的味觉,增加口腔唾液分泌,从而增进食欲,提高食物消化率。

盐是体液的重要成分,摄入后参加体液代谢,因此,高温作业的人和出汗过多的人需要补充含盐的饮

料。

盐有灭菌消炎的效果,也有使血液凝结、帮助止血的作用。

盐的摄入量与高血压发病率有一定关系,膳食中食盐摄入过多,容易引起高血压。

在此,再次提醒大家,根据烹调需求和自身健康需要,购买具有合法食盐生产和批发资质的企业的食盐,健康快乐地度过每一天。

相关阅读

海盐:以海水为原料晒制而得的盐,平均每1000公斤的海水可生产27公斤盐。我国东部沿海一带及海南省等盛产海盐,历来是我国盐产的主要来源。

目前,我国海盐产量居世界首位,约占全国盐产量的80%。

湖盐:又称“池盐”,由内陆的咸水湖或盐湖湖水蒸发而成。青海、内蒙古、新疆、西藏、甘肃、宁夏、陕西、山西以及吉林等省市都有大量的盐湖;柴达木盆地的盐储量有500亿余吨。

井盐:运用凿井法汲取地表浅部或地下天然卤水加工制得的盐。这些井一般深数十米乃至数百米,可井口只有饭碗那么大,从井里取出来的不是块状的盐,而是又黑又浓的盐卤。

把这种卤水放到大锅中熬,就得到了白花花的盐。

矿盐:开采古代岩盐矿床加工制得的盐。

由于那些岩盐矿床有时与天然卤水盐矿共存,开采时主要采用钻井水溶法,故又有井盐和矿盐的合称——井矿盐(泛称矿盐)。

井矿盐主要产在四川、湖北、云南、重庆、江西等省市,江苏淮安拥有世界最大的盐矿,储量2000多亿吨。



天府珍井原料盐



益盐堂天然海盐



低钠盐

精制海盐
本文图片均为资料图片

八一路商圈“大戏”即将开场,只等你来

白天、晚上都是好“趣”处

□ 记者 刘丹凤 通讯员 曹雪

从今年7月份开始,恒达·金汇广场在市区一众商圈中脱颖而出,无论是白天还是晚上,都成了市民消暑的好“趣”处。其结合政府大力发展夜经济的倡议,引导成熟商圈恒达·魏源不夜城的夜市、夜游、夜玩资源,全面助力夜经济开展,组织的“许都夜食”等活动得到了广大市民的一致认可。

国庆节假期将至,恒达·金汇广场特别为许昌的“时髦精”们推出了“金秋国庆大戏”,璀璨斑斓的各种艺术装扮,元气潮趣的丰富活动,以及以“世界来疯”为主题的一系列互动游戏等,向会玩的你再次发出邀请。好戏即将开场,只等你来!

当落日余晖带走太阳的“暴脾气”,城市的夜晚徐徐展开,人间烟火气蒸腾而起,恰似一场久违的狂欢,恒达·金汇广场的落日市集、为期3天的说唱音乐节、小丑军团巡游、古街穿越

游、真人娃娃机、解压运动会等将悉数登场。整个项目街区区内还有全场消费满额赠,60+腔调十足的美食小铺邀你来品尝美食。国庆节假期期间,每天11时准时开餐,你不来尝尝?

作为一个15万平方米的大体量城市商业综合体,国庆节假期期间,恒达·金汇广场还有数十家备受瞩目的品牌商家集体开业,如NOME家居生活馆、小米之家、拳力格斗、小糖沫沫、泊伊美汇、奇乐创客少儿编程等。来恒达·金汇广场,感受自然与潮流生活的“碰撞”,可以“遇见”更多秋日美好。

家门口的好“趣”处,“网红”小摊儿、现场乐队、美食、落日……散落在恒达·金汇广场的每一处。

这个假期,大家不妨在落日中躲进轻柔的晚风里,来恒达·金汇广场,与有趣的人或物不期而遇吧。



恒达·金汇广场 资料图片