

鸡蛋被冷冻后蛋液呈凝固状态 记者做实验，“假鸡蛋”原是冻鸡蛋

YMG全媒体记者 宋晓娜 摄影报道

“我这是买到假鸡蛋了吗？”近日，一位网友发抖音称，感觉自己买到了假鸡蛋。从视频上看，该网友将鸡蛋切开后，里面的蛋液呈凝固状态，视频中，网友一边切鸡蛋一边将其扔掉，认为鸡蛋是造假的。从网友跟评看，不少人认为可能是鸡蛋在低温环境下冻到了，不是所谓的假鸡蛋。也有网友认为不管真假，感觉有疑点还是小心点好。到底怎么回事？鸡蛋能否造假？有没有造假的必要？冻了的鸡蛋能吃吗？记者进行了实验和探访。

网友热议“假鸡蛋”

“假鸡蛋”的视频吸引了不少网友的关注，大家纷纷跟评，发表自己的看法。“几块钱一斤的鸡蛋，平均一个鸡蛋也就几毛钱，谁会去造假呢？”市民林女士认为人造鸡蛋不仅不可信，也没有必要。

“不值当的，真要造假，也得造假些贵重的物品。”不少网友跟林女士持有同样看法。

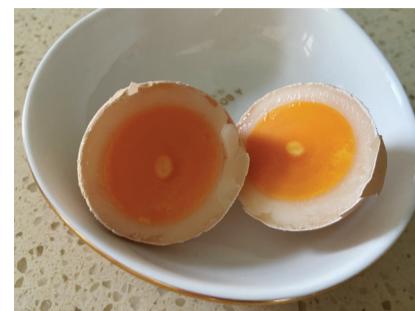
“吃的东西还是仔细点，我觉得是不

记者冷冻鸡蛋做实验

果真如此吗？记者就此进行了实验。3月8日晚上，记者将两颗鸡蛋放入冰箱冷冻。3月9日早上记者打开冰箱看到，经过一晚上的冷冻，鸡蛋变得很坚实，表面附有一层薄薄的白霜，同时还出现了一道细细的裂痕。

记者拿起其中一颗冷冻的鸡蛋，用刀从中间切开，一个固体的鸡蛋便呈现在眼前：蛋液全部成为固体，层次分明，外面一层蛋白包裹着蛋黄，就像一个圆圆的小月饼一样。而且，这个形态跟视频中所怀疑的“假鸡蛋”十分相像。

另外一颗鸡蛋，记者将其稍微解冻后，鸡蛋表面的裂痕变得更细，不仔细看几乎看不到。将鸡蛋剥开放在盘中，此时，部分蛋清解冻成液体，另外部分蛋清



是时间长了不新鲜了？”也有网友建议谨慎为好。

记者翻看视频下方的评论发现，更多的网友认为鸡蛋之所以呈现凝固状态，是因为鸡蛋在低温环境被冷冻过了。

那么，冷冻环境下的鸡蛋液是否会凝固，冷冻过的鸡蛋还能吃吗？记者上网就此内容搜索发现，还有不少博主推荐了冷冻鸡蛋的美味吃法，认为打开了鸡蛋吃法的“新世界”。

和蛋黄仍呈凝固状。用水煮开后小火几分钟，将煮好的鸡蛋从中间切开，外面蛋清完全煮熟了，里面蛋黄呈膏状。这也正是网络上不少博主推荐的冷冻鸡蛋的美味吃法“溏心蛋黄”。

冷冻后的鸡蛋是否影响食用？有专家认为，鸡蛋冷冻后是否能吃，一般应根据具体情况进行判断。如果鸡蛋因存放在温度过低的环境下，导致鸡蛋从液体状态变成固体形态，但其内部营养物质并未发生改变，是可以放心食用的。但是，如果鸡蛋冷冻后蛋壳出现破裂，就不能食用了。因为蛋壳破裂等于鸡蛋丧失了保护层，容易导致细菌繁殖，食用后患者可能会出现腹泻、腹痛、呕吐等症状。

相关链接 营养专家：每日一蛋 安全健康

鸡蛋究竟如何吃才更健康呢？记者就此采访了烟台山医院营养科主任于萍。

“鸡蛋最主要的营养价值是蛋白质，蛋白质含量在13%左右。并且，蛋白非常容易消化吸收，所以，无论是婴幼儿、青少年还是老年人，都可以将鸡蛋作为蛋白质的重要来源之一。”烟台山医院营养科主任于萍介绍，“对于鸡蛋来说，一般推荐量是每天一到两个，常规我们推荐是一周七个，也就是说一天一个，这样的摄入量是比较合适的。”

对于“三高”人群，是否还能正常吃鸡蛋？于萍解释说，近20年的研究发现，每天吃一个鸡蛋，不会增加高血脂、高血压以及心脑血管等疾病的发病率，因此，一天

吃一个鸡蛋完全是安全的，健康的。

于萍还特别强调，鸡蛋的营养，尤其是脂类、维生素类和矿物质类主要集中在蛋黄里。生活中不少人，特别是老年人和有“三高”疾病的人，为了害怕胆固醇以及其他所谓的副作用，吃鸡蛋时只吃蛋清。其实，这是把鸡蛋主要的营养丢了，一天一个蛋黄的量是完全健康的。

另外，值得一提的是，由于鸡蛋黄里的铁含量比较高，不少家庭养育宝宝时，会从蛋黄开始添加辅食给孩子补铁。“实际上，蛋黄里的铁是和蛋黄中一种卵磷蛋白相结合的，这个铁是非常难吸收的，因此，不建议用蛋黄来给宝宝补铁。”于萍建议道。

小贴士 鸡蛋最好趁新鲜时吃

研究表明，在温度4~7℃的条件下，鸡蛋保质期为40天左右，超过时间后，新鲜度和营养成分会大打折扣。由此可见，把鸡蛋买回家后一定要尽早吃。那么如何保存才能保持鲜嫩呢？

1. 鸡蛋尖端朝下放置

鸡蛋要尖端朝下，圆端朝上放置。因为圆端有气室，气室向上可以让鸡蛋保持呼吸，能延长鸡蛋的保鲜时间。

2. 鸡蛋放冰箱冷藏

通常情况下，新鲜鸡蛋的保存期限大约为1个月，但新鲜度基本只能保持两周。冰箱的低温能减缓鸡蛋内二氧化碳和水分的散发速度，延长鸡蛋保鲜时间。因此，买回来的鸡蛋最好放在冰箱

里冷藏保存，温度以4~10℃为宜。

3. 鸡蛋外壳不要清洗

鸡蛋除了内膜外，还有一层可被水洗掉的外膜，外膜可阻止蛋壳上的细菌侵入蛋内。清洗蛋壳后，反而有利于微生物进入蛋内。另外，清洗鸡蛋后残留在蛋壳表面的水分，也可能助长细菌繁殖。所以，鸡蛋外壳如果有异物，用抹布擦拭即可。



水厂无证生产销售桶装水被罚款5万元

我市公布2022年度食品安全十大典型案例

本报讯(YMG全媒体记者 高少帅 通讯员 孙洪安)近日，市市场监管局公布了2022年度食品安全10个典型案例，对食品安全市场主体予以警醒，维护消费者权益，切实保护群众“舌尖上的安全”。

1 某水厂未取得食品生产许可从事食品生产经营活动案

2022年6月，龙口市市场监督管理局接到举报，称龙口市石良镇的某水厂无合法手续私自生产加工桶装水售卖，执法人员责令其立即停止生产桶装水的行为，并处罚没款5万元。

2 某商店销售超过保质期的饮料类食品案

2022年7月26日，莱阳市市场监管局依法对莱阳市城厢某商店进行监督检查时，发现当事人销售超过保质期的饮料类食品。执法部门对其违法行为依法作出没收违法所得、罚款5000元的行政处罚。

3 某食品商行涉嫌经营标签不符合规定的预包装枸杞和梨膏案

2022年8月7日，莱阳市市场监管局接到举报称某食品商行销售三无梨膏。经核查，当事人涉嫌经营标签不符合规定的预包装枸杞和预包装梨膏，依法对当事人作出行政处罚。

4 某海产品加工厂生产经营不符合食品安全国家标准的食品案

2022年8月19日和2022年10月10日，蓬莱区市场监督管理局经立案查明，蓬莱区小门家镇某海产品加工厂生产的生产日期为2022年7月6日、净含量为200克的蓬派鲜脆海蜇和生产日期为2022年9月1日、净含量为200克的岸海渔仓即食海蜇头，经检，菌落总数项目均不符合相关要求。对其予以没收涉案产品、罚没款10.0664万元的行政处罚。

5 某粉丝包装厂未经许可包装龙口粉丝案

2022年1月10日，招远市市场监督管理局执法人员依法对招远市某粉丝包装厂进行检查时，发现该单位未经许可包装龙口粉丝。执法部门依法给予当事人没收散装大粉82斤、180g/袋龙口粉丝2700袋，并罚款50000元的行政处罚。

6 某农副产品有限公司经营标签含有虚假内容的月饼案

2022年9月15日，执法人员依法对当事人经营场所检查时发现，当事人擅自购进的部分月饼包装盒上以不干胶标签的形式虚假标注生产者的名称、地址和食品生产许可证号等内容并进行网络销售。执法部门没收其违法所得203元，没收涉案月饼70个、不干胶标签150个、单包装折盒21个、外包装盒3个，罚款5000元。

7 某日用品商行经营无中文标签预包装进口食品案

2022年8月23日，烟台市市场监督管理局高新区分局对烟台高新区某日用品商行进行现场检查，发现在售未标注中文标签的进口儿童零食若干，责令当事人改正违法行为，没收违法商品，罚款人民币5000元。

8 某小作坊无证无照生产经营粉丝案

2021年12月，执法人员在龙口市下丁家镇大园村一处房屋内发现工人正在对散装粉丝进行称量、包装，负责人未能提供营业执照、山东省食品小作坊小餐饮登记证等相关行政许可。2022年1月15日，执法人员责令其停止无证无照生产经营粉丝，整改并处罚没款0.29万元。

9 某水厂产品标签不符合食品安全标准案

2022年6月，龙口市市场监督管理局进行现场检查时发现，龙口市石良镇某水厂生产的桶装水产品标签不符合食品安全标准，对该水厂下达行政处罚，整改并处罚没款0.6018万元。

10 某宾馆制售不符合食品安全国家标准的馒头案

2022年5月23日，烟台市市场监督管理局在监督抽查中发现，莱阳市某宾馆的自制馒头，糖精钠项目不符合GB2760—2014《食品安全国家标准 食品添加剂使用标准》要求，作出没收违法所得、罚款10000元的行政处罚。

通知 来电申领便携式购物车 逛超市 赶大集 买菜买肉买海鲜 再不受累



申领条件：

1. 烟台市常住居民

女：年满50周岁

男：年满60周岁

即可来电免费申领

2. 必须电话预约

申领电话：0535-6277600