

椰子汁能代替血浆、番茄酱包治百病……

# 食物的这些另类用途靠谱吗

匪夷所思的真相，往往掩盖在我们自以为熟悉的外表下。网络上一些热门帖子就揭示出了一些普通日常食物的“小秘密”，听起来有点离谱甚至有点血腥。比如，椰子汁可以拿来输血，番茄酱是为了治病研发，胡萝卜最早是紫色的，而橙汁天然含有微量酒精。这些“秘密”是真的吗？



## 早期的胡萝卜其实是紫色的？

传  
闻

胡萝卜原是紫色的，现在的橙色其实是16世纪末，荷兰农民为了改善胡萝卜口味，对紫色胡萝卜品种加以改良，用黄色和白色的菌株嫁接后培育出来的。由于橙色胡萝卜比紫色的更结实、更易培育，因此一直保留到了今天。

## 是真的，紫色和黑色胡萝卜现在还有

从小我们吃的胡萝卜就是橙色的，但现在有人却告诉你，胡萝卜爷爷的爷爷的爷爷……的爷爷，是紫色的。这可能吗？

“当然有可能，紫色胡萝卜如今也有，只是比较少见。不同颜色的胡萝卜就像白种人、黄种人、黑种人一样，只是种类不同，属于正常的物种多样性问题。”南京农业大学园艺学院蔬菜学科教授柳李旺告诉记者。

记者将信将疑，上网对“紫色胡萝卜”进行了搜索，果然发现国内外媒体都曾对紫色胡萝卜进行过报道，不过很多报道里，都说它是新研究出来的产品，并未提到以前就有。这是怎么回事呢？

“因为比较少见，所以大家可能误认为这个是新品种。其实，紫色胡萝卜是一直都有的。它和橙色胡萝卜只是色素成分不一样，营养成分并无不同。就像市面上常见的白萝卜、红萝卜之间，只是花色素苷的含量和成分不同。还有紫薯和普通的薯类，不同颜色的花朵，都

是因为色素有所不同而已。哪怕是橙色胡萝卜本身，也会因为品种的不同，而出现深浅不一的橙色。”

柳李旺表示，南农的蔬菜基因库里就有紫色胡萝卜，并且正在种植黑色胡萝卜。“黑色胡萝卜和普通胡萝卜相比，个头要小一些，并且更接近锥形而不是圆柱形。如果将黑色和白色胡萝卜杂交，就可能会出现紫色胡萝卜，多次杂交后，又会变回黑色胡萝卜。”

## 椰子汁曾经是血浆的紧急代用品？

传  
闻

第二次世界大战期间，椰子汁曾被用来作为血浆的代用品，医生们曾用它给失血过多的受伤士兵应急“输血”。椰子汁里没有血红蛋白，但是含有糖类、脂肪、蛋白质、维生素、电解质等，它和血浆的成分相似，易被人体吸收。所以在野外救护的时候，也可以作为静脉注射液使用。

## 不可信，直接喝都比静脉注射好

“直接进入血液的产品，必须经过医学上的反复验证，哪怕是紧急情况下的输血。”鼓楼医院普外科副主任医师王灏告诉记者：“人体血管里的血液对于成分的纯净要求很高，输入人体的液体必须与机体体液的成分相似，如果不相似，就不能直接输入人体，哪怕是纯净水都不行，都会导致人体产生溶血现象，对健康造成危害。”

椰子汁的确拥有糖类、脂肪、蛋白质、维生素等物质，成分与血浆有一定的相似，但这些物质并不止椰子汁含有，很多食物同样含有。而且椰子汁在pH值、电解质、钾离子、钠离子等方面，与人体血浆还是有很大差异的，远远没有达到输入人体的安全标准。相比静脉注射，直接

把椰子汁喝下去为人体补充能量可能更安全也更现实。

如果情况紧急，血浆真的不够用怎么办？有什么可以作为替代品吗？王灏表示，病人需要输血浆，但却没有，可以用以下3种液体应急。“第一种，是葡萄糖水，注意是药用的葡萄糖水，和其他用途的葡萄糖水差别很大。第二种，是生理盐水。第三种是代血浆，它是工业合成的大分子物质，无色透明，也含有糖的成分，但并不含有真正的白蛋白，输入人体后可以达到甚至超过血管本身的胶体渗透压，扩充血容量，从而达到暂时代替血浆的目的。但只能用来应急，因为代血浆无法提高血液携带氧气的功能，所以后期还是需要输入真正的血浆。”

## 番茄酱最早是为了治病而研发？

传  
闻

1834年，约翰·C·班内特博士发现番茄有治疗头痛、呕吐甚至霍乱的功效，并就此发表论文。其后，阿奇博尔德·迈尔斯博士从番茄中提取出了浓缩液，就是番茄酱的原型。这种浓缩液曾被做成药片，治疗从感冒到肝炎的所有疾病。

## 有可能，经常吃番茄酱可以降低胆固醇

番茄酱做成药片，真能包治百病吗？

“过去的人在药品并不完备的情况下，的确可能做出这样的尝试，但也仅仅是尝试，要知道，药品和食物其实是两码事。”

南京农业大学食品科技学院教授郁志芳表示，番茄的确含有很多营养物质，比如番茄红素就很有名，被很多保健品企业做成了胶囊销售。维生素C、软磷脂，以及碳水化合物、脂肪、蛋白质等人体需要的六大类营养物质番茄也都有。但是，“这些营养物质不止番茄有，很多食物都有，所以为了获得它们而把番茄提纯做成药品，理论上可行，但经济上不一定划算。”

如果不做成药品，平时多吃番茄酱，能不能达到治病的效果呢？

2009年，《英国营养学杂志》就曾刊登过一项新研究，指出经常吃番茄酱可以降低胆固醇患者



心脏病和中风的危险。参与这项研究的志愿者每天在早餐、午餐及下午茶中增加30克番茄酱或者每天喝400毫升番茄汁，3周后，体内的总胆固醇水平下降了6%。

看来，不管做成什么样子，只要是番茄，多吃总归是没错的。

你  
知  
道  
吗



## 喝了带皮榨的橙汁会醉？

传  
闻

橙子连皮一块榨汁，橙子皮上的酵母就会进入果汁。果汁所含的天然糖分同酵母接触后会发酵，所以连橙子皮一起榨出来的橙汁，就会含有微量酒精，相当于烈度极低的香蕉酒。

## 不准确，所有的果汁放久了都会发酵

橙子皮上有酵母，连皮一起榨出来的橙汁天然含有微量酒精，那是不是意味着开车前最好别喝橙汁呢？

“这么说不准确的。任何果汁，只要含有糖分，与空气接触久了都会发酵，都会含有微量酒精。而导致发酵的酵母空气中随处可见，果实表面也有很多，但一般来说苹果和葡萄在这方面是比较突出的，所以葡萄酒和苹果酒才会比较常见。在造酒的过程中一般也都会将果皮一起发酵。”郁志芳告诉记者。

橙汁的主要营养成分包括水、热量、维生素、膳食纤维、锰、锌、钾、钠、铜等，可以说营养丰富。但这些营养物质经不起时间和空气的考验。意大利的一项研究就曾指出，橙汁榨出来后摆放超过半小时，原来的营养成分便会灰飞烟灭，如果里面还加了糖，那热量比橙汁的汽水还高，不喝也罢。

至于榨橙汁的时候要不要保留橙子皮，郁志芳给出的建议是：根据自己的口味喜好来定。加不加，营养成分都不会有太大的区别，影响不大，完全可以根据个人口味来

选择，不加皮的橙汁可能更甜一些，加了皮的橙汁可能甜味会减淡，但橙子味有可能会加强。

“这是因为橙子皮含有比较多的膳食纤维和芳香物质。而且柑橘类水果的表皮，芳香物质含量非常高，远远超过苹果等水果，所以橙子的香味会比较明显，这种香味也正是橙子本身固有特性的体现。如果没有它，橙汁和苹果汁喝起来就不会有太大区别，都是水、糖、酸而已。也正是为了追求这种区别，满足消费者对于橙汁的特定需求，很多果汁生产厂家都会将橙子皮的芳香物质提取，然后回添到橙汁饮料中去。”

(郑文静)

