

食物中的添加物 (資料來源：網路蒐集)

1.台灣人愛吃鹽酸 (就是氯化氫 HCl)鹽酸是製造酸筍、酸菜 (牛肉麵)、鹹菜 (鴨)所必須用的。而且你知道嗎？鹽酸也是發酵醬油、蠔油的必須品。所以吃醬油要吃自然發酵的，但市面上比較少發售。酸筍要泡水 20 分，換水四次，才能用。吃鹽酸泡的這些食物，一定會早死。而且：烹製酸菜、酸筍等食物不宜用鋁製容器，加熱過的酸筍酸菜也應避免放入含苯的包裝物內(如保麗龍)。

2.台灣人愛吃硫酸 (亞硫酸氫鈉)花蓮的秀林鄉，率先在食物上使用硫酸。若以為台灣鄉下樸實，食物應該沒有問題，那就錯得離譜了。我們所有的經驗都指出，對食物與化學用品知道得愈少的人，愈容易用毒，危害大眾而不自知。所以身負著眾人健康責任的廚師，要多多看書學習。

硫酸，簡單來講就是長生不死藥。只要加了這東西，則色澤保鮮，味道變香又鮮好吃，口感則變有彈性。乾貨：金針、蓮子、筍乾(焯肉)、竹筍、柿子乾、蜜餞等等，一定必加硫酸鈉。新鮮物：新鮮的蓮子，10 小時即變黑。而新鮮的竹筍，挖出來後 4 小時內不使用，底部會變黑。這些本來都不能保存的，但你注意現在都不會黑了。怎麼會這樣呢？因為這兩者都是浸過硫酸鈉以後，再上市，或塗抹泥土來掩飾。

海鮮魚蝦：注意看，所有的魚一下船上岸，馬上淋上一桶水。那可不是水，而是硫酸鈉。市場的魚販旁邊都有一桶的水，把殺完的魚用水桶的水沖一下，那都是硫酸鈉。淋它一下，永保新鮮、長生不老。市場的肉：現在黃昏市場的魚肉雞肉，不但不發臭，而且越晚越鮮。以前媽媽教的如何看魚腮是紅色，眼睛是清楚的、肉有彈性，都不管用了。因為只要潑上硫酸鈉，魚肉雞肉永遠新鮮，有彈性，是長生不老魚，你又吃得出來嗎？而現在的蝦仁，怎麼炒都又大又肥，不會縮水，又很新鮮，為什麼跟以前不同呢？一浸了硫酸鈉，長生不老了。你怎樣才能知道，你買的肉有沒有潑上硫酸鈉呢？

試試一個方法吧：把自己煮好的不放鹽的白斬豬肉，白斬雞肉不要放冰箱，就放在外面吧。如果明天它居然還是好好的，如果它三天五天都好好的不臭，它就是潑上硫酸鈉的長生不老肉。而外面賣的白斬豬肉，白斬雞肉煮好後，會特別再浸一下硫酸鈉，這樣可以放一個星期以上，肉質都新鮮不壞，也不須要冰箱。觀光區的海鮮：觀光區的飯店，現在都永遠不怕下個雨，沒客人來了。客少的飯店，也不怕東西會壞掉了。因為肉與魚都可以放很久，還是又嫩又鮮又 Q，而且，一定沒有人吃得出來。

3.台灣人愛吃硝 (硝酸鈉)以前硝或硝酸是拿來做香腸、火腿、叉燒肉的确用量應該是 70 個 ppm，也就是百萬分之七十所以香腸不要自己在家中做。媽媽做的香腸最毒，雖然不用死豬肉，但是硝的用量，無法抓到百萬分之七十嘛，所以一定會多放好幾十倍，甚至於幾百倍以上。而如果食物中含有硝酸鈉，其中則有 1/27 機會會被吸收變成亞硝酸胺變成亞硝酸胺鈉，一進入腸胃，即能致癌。

一直以來，都有那麼多的死豬肉，怎麼處理好吃的香腸啦!!用死豬的黑血、黑肉，先漂白，再加色，用血紅色分離法，然後加上硝，真是又甜又香，又紅又 Q 的。所以香腸、金華火腿、臘肉不要多吃。像香港名店阿一鮑魚的高湯，號稱用金華火腿熬煮的，含高量的硝酸鈉，吃多了，也就完了。不過現在的确，由於彰化一些餐廳的師父教授出來，已經轉身一變成了另一種「味精」，不少餐廳到處都在用了。硝是一種還原劑。用硝來炒菜，只要放一點點，肉又紅又嫩，青菜又脆又綠，味道鮮又好。而且硝的價格只有味精的一半。

做高檔的自助餐，菜色 1、2 個小時都不變色，也不變味。除了會吃死人以外，實在太適合做菜了。所以現在有種餐廳，標榜菜都不放味精的，又有好原味、好色澤。他們承襲彰化大師的教派，菜中放的就是硝。外面是做?笋 N 的，別人放硝，你如果堅持不放，你的青菜會黑，肉又那麼不香嫩，你怎麼競爭？

再勸愛吃很好吃的魯肉飯，焯肉飯的人要注意了!!大家都知道，豬肉加上硝，好吃得不得了，而且肉又 Q 嫩又香滑，肉色又好，是你最不能忘情的好滋味。但硝的含量是平常的一萬倍。所以現在在外面賣的魯肉飯，焯肉飯，放硝的很多，小心為妙。另外，樟茶鴨等菜色一定放