

全球七大不安全食物：壽司

被評為第一美國 MSN 網站公佈以下**七種食品**，在食用時一定要慎重。

- 1、**壽司**：危險因素/壽司的最大問題是寄生蟲、扁形蟲和蛔蟲，例如生魚中的寄生蟲。雖然生魚不能保證安全，但是，蘸醬汁或者青芥 可能會起到輕微的殺菌作用。解決辦法：魚至少在 145 度的高溫下烹調 1 分鐘，可殺死魚中的任何寄生蟲。但是，那就不是壽司了。唯一可生吃魚又保證不攜帶寄生蟲的方法是**吃用冷凍魚做成的壽司**。美國食品藥品管理局推薦**在零下 31 度至少 15 小時可殺死寄生蟲**。
- 2、**雞蛋**：危險因素/感染因數是在雞蛋裡面，唯一根除細菌的方法就是：將雞蛋煮熟。解決辦法：不吃生雞蛋和半熟的雞蛋。蛋黃未凝固的雞蛋有潛在的危險。為了安全，你最好吃煮老一點的雞蛋或固體狀的雞蛋。高溫會殺死任何可能存在的細菌，你可放心**吃水煮雞蛋或者兩面煎蛋**。
- 3、**牛肉餡**：危險因素/生牛肉或者半熟牛肉都不利於健康。牛肉可能攜帶沙門氏菌或者大腸桿菌。牛肉餡比牛排更危險，因為它被用手握的可能性更大，絞成肉餡後，它的表面更大，藏匿細菌更多。解決辦法：唯一能保證無菌的方法是**購買那些經過殺菌處理的牛肉**。
- 4、**包裝好的綠色蔬菜**：危險因素/包括萵苣和菠菜在內的葉狀綠色蔬菜，一直是近年來幾種疾病暴發的“罪魁禍首”。其中規模最大的疾病暴發之一是 2006 年的大腸桿菌，與成包的菠菜有關，導致 199 人患病，3 人死亡。大腸桿菌和沙門氏菌感染農產品的方法多樣，動物糞便滲透到水中或者土壤中，或者手工採摘，或者包裝過程中傳染。大多數情況下，水並不能洗掉這些危險。解決辦法：捲心菜外面的葉子更可能被污染，因此，**摘掉葉子，洗手，然後再準備其餘的部分**。
- 5、**芽菜**：危險因素/芽菜生長的环境最利於有害細菌的滋生。解決辦法：唯一能保證安全的方法是烹調專家建議：**將芽菜投入湯鍋或大火燻炒**。
- 6、**生雞肉**：危險因素：生雞肉包含沙門氏菌和彎曲桿菌。最大的風險因素不是吃雞肉，而是在準備做雞肉時被交叉感染。解決辦法：處理生雞肉時要特別小心：切過肉後要**立即洗乾淨刀、菜板、灶台和你的手**，避免雞肉內的細菌傳播到其他食品內。你將雞肉拿到外面放到烤架上時，要將用過的盤子拿回來，吃烤好的雞肉時要**換新盤子**。
- 7、**哈密瓜**：危險因素/表皮上有很多裂縫，易受細菌污染。哈密瓜的皮內可能存在細菌，一旦將瓜切開，這些細菌就會跑到瓜瓤內。解決辦法：吃前先清洗瓜皮也能消滅一部分細菌，但是這些都不是最好的解決辦法。你必須小心儲存切開的哈密瓜，因為在室溫下會有大量細菌滋生。因此**要將切開的水果放冰箱內**。

炎炎夏日吃東西 千萬要小心 感謝 P.P.CLEMENT 提供網路資訊轉載



陽明

YANGMING

WEEKLY BULLETIN

第 36 卷第 04 期

四大考驗

- 一. 是否一切屬於真實?
- 二. 是否各方得到公平?
- 三. 能否促進信譽友誼?
- 四. 能否兼顧彼此利益?

第 1794 次例會 日期:100 年 07 月 19 日(二)

主講：金車酒製品研究室課長 張郁嵐先生

講題：威士忌風味與品酒文化

現職：金車酒製品研究室 課長

金車 KAVAN 威士忌酒廠專業調酒師

兼任品牌大使 (Master blender of KAVAN distillery & Brand Ambassador)

學歷：英國瑞汀大學 (University of Reading, Berkshire) 食品科學系畢 (Food Science and Technology)，專攻食品化學，其中以香氣化學為主

籍貫：台灣宜蘭縣

大綱：◎何謂威士忌

◎年份的迷思

◎威士忌種類

◎為什麼喝威士忌

◎如何喝威士忌

◎台灣威士忌的特色



第 1795 次例會 100 年 08 月 02 日(二)

主講：惠美壽茶 ABC TEA 葉負責人

黃正敏先生 (JACKSON C. HUANG)

講題：識茶 (茶三大類) 及報告茶知

邀請：JANE

地點：4F 羅浮宮 (因福華 B2 重新裝修)

07.28 BANKER 生日

07.29 P.P. JOHN 夫人生日



謝謝美食專家梁幼祥先生蒞社演講



社長：郭伯嘉 第 36 屆社當：張歐誠 副社長：吳四賽
秘書：許英昌 社刊主委：陳寬弘 會計：彭秀霞
辦事處：106 台北市仁愛路四段 77 號 5F
電話：(02) 2752-3410 2752-2764 FAX: (02) 2781-3331
例會：每週二中午 12:00 在福華飯店 B2 百合廳舉行
網站：<http://ymrc-rotary.org>
內輪部落格 <http://www.wretch.cc/blog/ymwives>



歡喜留言板

2011.07.19

姓名	NICKNAME	歡喜留言	金額
郭伯嘉	P.B.J. (7/12 漏記)	※歡迎江博士再度蒞臨精采演講。 ※歡喜 P.P.ROGER 加重裝備大步前進。 ※回國代金:再去京都帶回”三十三間堂”觀音寺的祝福與大家分享。	2,000
鄭文哲	P.P.MAC	※遲到。	200



陽明菁英賽



蜀中無大將?趁機稱大王!



日期:100.07.21(四) 地點:老淡水球場
 BIRDIE: BROKER
 遠距獎: BROKER、P.P.MASA S.N.P.: P.P.BERIN
 N.P.: P.P.BERIN、KAI、BROKER
 大波獎: P.P.MASA 小波獎: P.P.PAUL
 平波獎: P.P.BERIN
 第5名: P.P.MASA 第4名: KAI
 第3名: P.P.JACK
 第2名: P.P.BERIN
 第1名: BROKER

一起為 P.P.KIMMA 加油
 上週 B.J. 社長致電給社寶 P.P.KIMMA, 目前因必需持續接受化療, 短期內恐無法出席例會, 他一再託囑社長轉達非常想念大家也非常謝謝大家的關懷。

紅箱捐款
 第 1793 次例會
 一般: 2,200 元
 合計: 2,200 元
 累計: 23,802 元
 目標: 1,365,000 元
 達成率: 1.7%
 職務: 215,000 元
 特捐: 200,000 元

出席統計
 第 1793 次例會
 實際出席: 23
 請假: 6
 出國: 2
 補出席: 1
 免計出席: 6
 總計: 39
 出席率: 76.90%

好康到相報~

黃香蓮歌仔戲團獲文建會邀請於建國百年舉行公演, 將於9月16日(星期五)晚上7:30假社教館城市舞台(八德路3段25號)演出『江南第一風流才子』即唐伯虎點秋香, 由黃香蓮飾演風流倜儻之唐伯虎, 配樂部分則由國家國樂團擔綱演出, 先前, 黃香蓮曾蒞臨陽明扶輪社演講, 相信大家對她的演講、唱腔及身段都留下深刻印象, 此次公演為她封箱多年後之特別演出, 戲目精采可期。

台灣癌症基金會目前有先劃到一些票, 票價分別為 3,200 (38張)、2,400 (24張)、1,800 (20張)、1,200 (22張)。如透過基金會訂票, 可享9折優惠,

香蓮懇請大家支持這個已瀕臨失傳的台灣傳統藝術, 期待大家踴躍購票。

第 36 屆理事會第一次會議

日期: 2011年07月26日(二)
 時間: 14:00(例會結束後)
 地點: 福華 4F 羅浮宮
 出席: 郭伯嘉 陳添桂 張歐誠 吳四賽 許英昌 彭秀霞 陳政廷 任又慶 錢武祥 徐嘉利 楊繼程 鄭文哲 江成泉

3520 地區 2011 年地區扶輪基金研習會, 訂於 2011 年 8 月 13 日(六)假中華電信總公司大樓 12 樓國際會議廳舉行。

時間: 13:00 註冊、聯誼
 13:20 開始
 17:10 結束

敬請社友踴躍報名參加



CHAIN 首次喜慶操刀



贈書給當日最幼齒的社友



跟名師拍照的夫人, 準備下次要檢測廚藝



2009年6月14日參觀金車酒廠

