

搶聞有盡惑 買蟹要識揀

秋天是大閘蟹當造時節，不過中秋未到，騙徒已搶先出「閘」，於社交平台開設虛假專頁兜售「蟹貨」然後走數。近年有不少來歷不明的黑心大閘蟹流入本港，不過，商家必須持有指定牌照才可在港出售大閘蟹，不論於實體店抑或網店選購，必定要金睛火眼貨比三家。

大閘蟹公母點樣分？

	公	母
肚	三角形	圓形
臍	尖	圓
腳	8隻腳也有絨毛	只有2隻前腳有絨毛

網購海鮮騙局層出不窮，即使今年大閘蟹尚未出爐，騙徒便已搶先出「閘」。警方日前於「守網者」Facebook網站透露，過去一周接報兩名女子在社交媒體專頁以優惠價分別購買30多隻大閘蟹，並透過轉數快付款，惟等待多日仍未收貨，社交賬號亦遭對方封鎖，始發現受騙，分別損失800多元。警方再三提醒，不論是實體店或網店，在港出售大閘蟹必須持有介貝類水產動物(大閘蟹)售賣許可證，有關許可證規定售賣大閘蟹的處所須符合相關衛生要求：包括設置雪櫃及洗手盆等，而且供出售的大閘蟹必須來自合法來源和附有由食環署署長認可的衛生證明書，以及存放於雪櫃內。消費者在選購前可先在食環署網站查閱許可證名單，而部分持牌網店，亦會於網站內列明牌照號碼。

高溫影響縮水漲價

有部分虛假網店聲稱「江蘇大閘蟹」日日新鮮到港，蟹公約4至5兩也僅需45至50元。不過，根據內地傳媒日前報道，受到蘇浙一帶持續高溫影響，大閘蟹最後一次脫殼上市時間將會延後。以最為矜貴的陽澄湖大閘蟹為例，往年的開湖上市時間為9月20日，今年則會稍微延後到22或23日。有蟹農透露，由於高溫會影響大閘蟹進食，連帶造成大閘蟹體形縮水，從試捕情況預判，今年公蟹重量約落在每隻3.5兩左右，母蟹則在2.5兩左右，較以往評斷標準的4至6兩為小。雖然蟹農強調體形不影響口感，但由於產量下跌，加上要經常換水致成本上升，預計大閘蟹價格將比去年同期上漲四成。

據資料顯示，內地大閘蟹有一半來自江蘇，除陽澄湖的頂級大閘蟹外，以興化、宿遷和高淳為主要產地。雖然本港有商戶聲稱大閘蟹是來自出名的陽澄湖及太湖，但因應兩地產量逐年下跌，近年已不再外銷出售，即使是於內地銷售的大閘蟹，有內地傳媒估計真正產自陽澄湖的大閘蟹可能不到1%。由於陽澄湖大閘蟹價格較高，有不法之徒會把外地蟹偷偷放入陽澄湖或鄰近水域的養殖池放養幾天，然後偽造正牌陽澄湖大閘蟹於上市當日才公開的識別標籤以假亂真。故如在港見到有聲稱是陽澄湖大閘蟹出售，便要特別小心。

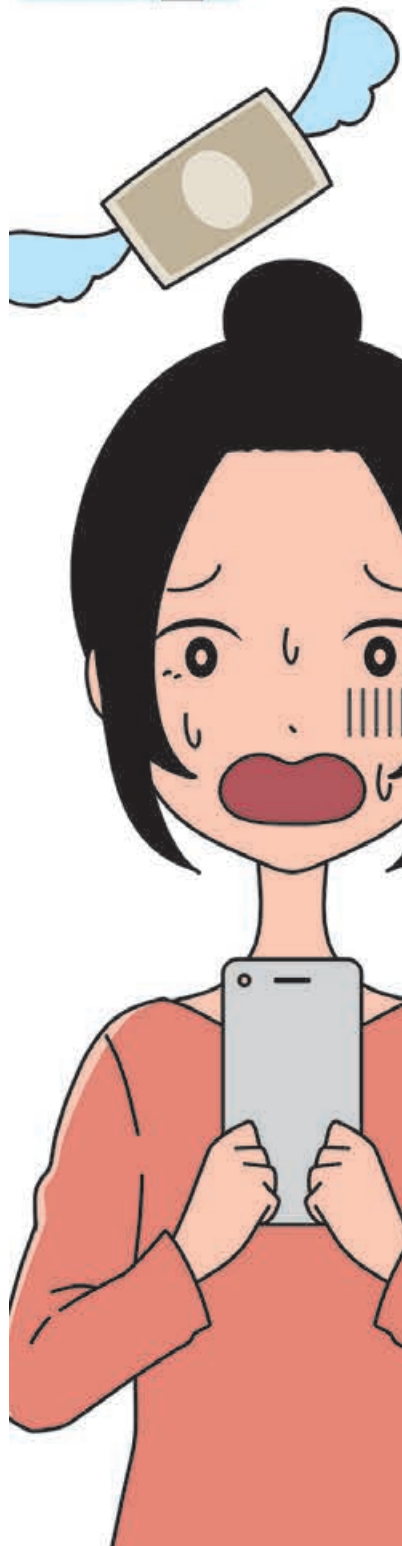
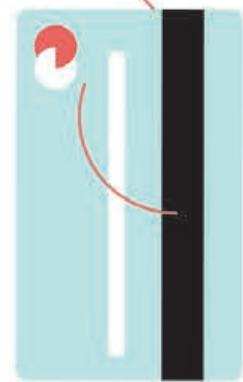
盡惑濕水綁繩呢秤

除了產地及質素成疑，有部分盡惑商家亦會在綁蟹時「做手腳」。有內地網店便以濕了水的麻繩包紮大閘蟹，但未有向消費者說明大閘蟹的重量已包含繩子重量。以一箱聲稱4隻4兩的公蟹及4隻3兩的母蟹為例，總共2斤8兩，在帶繩的狀況下實測數共計1,259克即2斤5兩，但經測試後單是一根繩子已重達28克左右，8根繩子相加便是接近半斤重量的224克，有「呢秤」之嫌。有老牌大閘蟹商戶透露，經正當途徑入口的大閘蟹大多已是原隻綁好，如發現所選購的大閘蟹綁法有古怪，便要提防其來歷。

寒涼傷脾胃 淺嘗一隻止

大閘蟹雖然美味，但亦有疑慮會引致膽固醇過高。有營養師指出，大閘蟹擁有豐富蛋白質，亦富含礦物質磷和鈣，能維持骨骼健康，幫助增加肌肉量，建議分量以每周食用一隻為限，並要避免與柿子、茶飲一同品嚐，因內含單寧酸容易引起腸胃不適。

大閘蟹性味寒涼，平日容易腹脹腹痛、脾胃虛寒人士，進食大閘蟹後會進一步傷害脾胃，應少食為妙。高膽固醇、心血管疾病患者、糖尿病、痛風、海鮮過敏的人士則不建議品嚐。另外，因為大閘蟹有通經散瘀之效，早期懷孕的婦女應盡量避免進食大閘蟹，以免影響胎兒的穩定性；月經前或行經期間都不宜進食。食物安全中心則提醒大閘蟹必須煮熟切忌生食，而且應清除內臟才進食，當中包括蟹胃、蟹腮、蟹心及蟹腸。



蟹膏(公)

部位：蟹公精囊的精液
 形態：青白色半透明啫喱狀態，蒸熟後亦呈半透明、有點黏
 口感：細膩綿密如融化中的棉花糖
 營養：蛋白質、脂肪、磷脂、維生素等

蟹黃(母)

部位：位於母蟹的卵巢和卵細胞
 外形：橘紅色一粒粒，比較硬
 口感：質感分明味道似雞蛋黃
 營養：膠原蛋白、鈣、磷等



揀靚蟹4招

- 睇蟹殼**：凡殼背呈黑綠色，帶有亮光都為肉厚壯實；殼背呈黃色的大多較瘦弱。
- 按肚臍**：肚子要硬，底板要白。肚臍凸出來的，一般都膏肥脂滿；凹進去的，大多膘體不足。腹臍之間空隙愈大，屁股看上去飽滿厚實，說明蟹黃愈多。
- 摸蟹腳**：蟹腳愈硬愈有肉，腳毛愈黃愈新鮮。拉一下蟹腳，如果蟹腳收縮有力代表新鮮。垂死或存放太久的蟹腳伸縮無力而且易斷。
- 翻轉身**：將蟹身翻轉，腹部朝天，能迅速彈轉翻身代表活力強；不能翻轉的代表活力差，存放時間不能長。