

18款植物牛油含基因致癌物

當中16款更含污染物 男士多吃損生殖系統

消費者委員會檢測俗稱「植物牛油」的人造牛油發現，86%即18款含有基因致癌物「環氧丙醇」，當中16款更同時含有污染物「氯丙二醇」(3-MCPD)。消委會指出，環氧丙醇同時具有基因毒性和致癌性，應盡量減低攝取，嬰幼兒與兒童更是「一般」攝入量已值得關注；3-MCPD若是過量攝入，可影響腎功能及男性生殖系統。檢測並發現，近五成牛油樣本的營養標籤嚴重失實。消委會稱，已向食安中心及海關報告有關情況，相關部門已跟進。

消委會報告

大公報記者 楊 州 賴振雄（文） 林少權（圖）

消委會去年測試食油時發現，大部分精煉植物油樣本含有3-MCPD或環氧丙醇，由於人造牛油的主要配料是精煉植物油，故針對3-MCPD或環氧丙醇，去年10月檢測市面30款常見的預先包裝牛油，包括21款人造牛油。

檢測結果發現，18款人造牛油含有環氧丙醇，每公斤含13至640微克，當中16款同時含有3-MCPD，每公斤含44至1100微克。當中，Sunny Meadow的環氧丙醇含量最高，達每公斤640微克，3-MCPD的含量為每公斤530微克。President牛油樣本被檢測到3-MCPD含量最高，達每公斤1100微克。

港沒訂環氧丙醇含量指引

消委會總幹事黃鳳嫻表示，本港未有就環氧丙醇訂立最高或最低含量指引，建議消費者攝入量愈少愈好。根據歐洲食物安全局報告，偏高攝入量即每公斤體重攝入0.6至4.9微克，對所有年齡組別的人士的健康造成的影響，而對嬰兒、幼兒及兒童的健康，一般攝入量即每公斤體重攝入0.3至2.1微克，已值得關注。她指出，人造牛油製造過程不論是脫色、脫膠或脫味，會用高溫方法處理，人吃了之後在身體內經水解過程，毒性就會揮發出來。

就3-MCPD的每日攝入量，據歐洲食物安全局建議為2微克，聯合國糧食及農業組織／世界衛生組織聯合食品添加劑專家

以後會選合格牛油

楊先生：平時很少吃牛油，一個星期大約吃一兩次，多數是吃麵包的時候會用牛油，平時用植物牛油比較多，以後會選擇消委會評價合格的牛油來用。



市民心聲

注重身材平時不吃

梁先生：比較注重身材，牛油含有的脂肪比較高，所以平時不會吃牛油，不擔心牛油含有的有害物質對自己有影響，都不會勸自己身邊的朋友不要吃。



超市價格12年首跌 豆腐逆市升11.7%

消費者委員會最新公布超市貨品價格調查，發現2017年的總平均售價較2016年微跌0.04%，是12年來首次下跌。各貨品組別中，豆腐售價逆市上升11.7%，更是唯一錄得雙位數升幅的貨品組別。

消委會自2005年起，就三間大型連鎖超市進行年度超市價格調查，今年除了華潤萬家、百佳及惠康，今年新增AEON。消委會在2016年7月至2017年6月，選出200項銷貨價值較高的超市貨品，整體平均售價按年下跌0.04%，但有七類貨品按年升0.2%至5.3%，當中以「麵包／蛋糕／麵包

安全軟件效參差 免費反出眾

勒索軟件攻擊已成網絡安全新威脅，但安裝收費網絡安全軟件未必安全。消委會測試29款Windows、MacOS版本的收費及免費軟件，發現九款效能參差，未能攔截網絡釣魚或勒索程式，部分免費軟件的表現則較收費軟件為佳。29款樣本為本港有售或可供下載的網絡安全軟件，18款為付費軟件，售價163元至546元，當中四款

年升2.6%
二〇一八至一九學年整體課本價格按



►消委會檢測人造牛油發現，逾八成，即十八款含有基因致癌物，當中，Sunny Meadow的環氧丙醇含量最高



含基因致癌物人造牛油

	產品	環氧丙醇含量 (微克／公斤)
1.	Sunny Meadow (Spread with Canola Oil)	640
2.	Belle Premium (Vegetable Fat Spread Made With Sunflower Oil)	630
3.	花嘜（軟滑植物牛油醬）	390
4.	Meadow Lea Original Vegetable Fat Spread	110*
5.	Olive Grove (Classic Mild Tasting)	110
6.	I Can't Believe It's Not Butter! (Light Vegetable Oil spread)	13
7.	Sainsbury's (Lighter Butterlicious Made with Buttermilk)	59
8.	花嘜（輕怡植物牛油醬）	190
9.	明治（なめらかソフト Smooth And Soft）	160
10.	雪印（特級植物牛油）	150
11.	M&S (Reduced Fat Olive Oil Spread Made Using Olive Oil)	180
12.	Essential Waitrose (Olive Spread – Reduced Fat Spread 45%)	180
13.	Earth Balance (Organic Whipped Buttery Spread)	130
14.	Tesco (Sunflower Spread)	170
15.	Lurpark (Slightly Salted Organic Spreadable Butter Blended With Vegetable Oil)	120*
16.	President (Ambassador Salted Culinary Fat Blend)	280
17.	Copha (Vegetable Shortening Made With Coconut oil)	150
18.	Tablelands (Butter Spread with Plant Sterols)	230

註：*無被驗出含3-MCPD 資料來源：消費者委員會

買床褥要瞓身試 八千元名牌不及平價貨

消費者委員會測試床褥發現，近半床褥承托力表現差強人意，售價八千多元的貴價床褥，整理表現不敵三千多元的平價床褥。消委會建議消費者選購床褥時，切忌盲目相信品牌宣傳或測試數據，應該親身試睡，是否符合自己的睡眠需要。

消委會根據外國標準，測試21款彈簧床褥及四款泡膠床褥，比較其承托表現、舒適度及耐用程度。結果發現，床褥並非愈貴愈舒服，測試樣本中售價最貴、8500

床褥愈硬愈好？

●床褥的硬度並無統一標準，按身形體重、睡眠習慣等選購
●選購時親身試睡，並穿着鬆身衣服及用上充足時間
●床褥不是愈硬愈好，過硬的床褥會致身體支點壓力增加，妨礙肩膀、臀部等血液循環
●彈簧床褥承托力比泡膠床褥好
資料來源：消費者委員會

近年教科書價格變化

年度	課本增幅	電子書增幅
2018	2.6%*	—
2017	2.1%*	0.6%
2016	2.3%	0.48%
2015	3.5%	3.3%
2014	3.2%	(電子書首次納入書目表)

註：2014年至2016年數字為整體印刷課本價格
*2017年起教育局將印刷及電子課本合併計算
資料來源：教育局

安全牛油放心食

1.大公司澳洲純牛油含鹽
2.Anchor無鹽牛油
3.Emborg Unsalted Butter
4.Lurpak高級丹麥牛油有鹽
5.President法國有鹽牛油
6.Southdale Farm Salted Butter
7.Heritage Organic Butter (Pasteurized)
8.佳之選有鹽牛油
9.Anchor有鹽牛油

註：上述牛油不含基因致癌物及污染物
資料來源：消費者委員會

營養師：吃太多增中風機率

不少港產小食例如菠蘿油、西多士、蛋撻均會加入牛油，有營養師建議市民，獨立包裝的只吃半塊，想吃得健康，可用橄欖油代替，西多士也可改用相對健康的花生醬。

香港營養師協會會長林思為指出，牛油一般分兩種，以牛的油脂，即動物脂肪提煉出來的牛油（butter），含高分量的飽和脂肪和膽固醇；人造牛油（margarine），又稱植物牛油，則含反式脂肪，會增加血液中壞膽固醇外，更會讓好膽固醇也減少，問題比牛油更嚴重。但兩者吃太多，均會增加患冠心病和中風的風險。

餐飲界：食肆多用人造牛油

香港餐飲聯業協會會長黃家和指出，牛油較人造牛油成本貴兩至三倍，所以一般食肆通常選用人造牛油。他認為，一些食物必須加入牛油才夠香滑，無可避免。美食車「菠蘿仔食堂」創辦人林潔惠表示，除了招牌食品鮮忌廉菠蘿包，也有提供鮮牛油菠蘿包，為讓食客吃得健康，不用人造牛油，牛油分量也不會太多。

一間位於觀塘的茶餐廳提供的菠蘿油，以雙倍分量的牛油作招徠，每個賣14元。負責人鄧先生回覆大公報查詢，指提供「打仔牛油」，因食客喜歡，感覺口感更豐富，但部分食客為求吃得健康，也會要求減少牛油分量，分量是任君選擇。

六款好評床褥

品牌 (型號)	售價 (元)	軟硬度	承托表現*	耐用度*	總評*
彈簧床褥					
澳美斯（天絲護脊系列）	3224	中等	3.5	5	4
軒琴居（乳膠質感彈簧床褥）	3099	軟	3	4.5	4
金寶麗（竹炭纖維獨立袋裝床褥）	3088	中等	3	4.5	4
雅蘭（煥能運動）	3135	硬	3	4.5	4
非彈簧床褥					
海馬牌（海馬床褥）	1669^	硬	2.5	5	3.5
Sinomax（SC智能床褥）	4399	硬	2	5	3.5
*最高5分 ^未包括送貨服務收費			資料來源：消費者委員會		

課本加價溫和？地理貴兩成

【大公報訊】記者劉家莉報道：教育局昨日公布2018/19學年「適用書目表」，整體課本價格（包括印刷及電子書）按年升2.6%。教育局稱，近年課本價格升幅溫和，但根據「書目表」統計，個別課本加幅仍偏高，有初中中國歷史科印刷課本加價6.5%，亦有初中地理科電子書加價逾兩成。

大公報記者翻查資料，2017年整體課本價格升幅為2.1%，2016年印刷課本升幅則為2.3%。記者統計「書目表」發現，個別課本加幅偏高，如天行教育出版的中三級的



◀揀床褥不是愈好，應比較其承托表現等