月餅防腐劑知多少？

從檢驗到選購一次看



隨著中秋佳節腳步接近，家家戶戶少不了月餅相伴。
從傳統廣式、台式月餅到創新的冰皮月餅，琳瑯滿目，
也增添不少節慶氛圍。
然而，您是否曾關注過月餅中的「防腐劑」呢？

由於月餅餡料常含有高水活性成分，如豆沙、棗泥及奶黃等，較不易保存，
製造業者可能會添加防腐劑，以防止微生物孳生、延長保存期限。
依規定使用防腐劑，可協助食品保存，有助於食品安全；
但若產品添加的防腐劑超過法規限量，或使用非核准使用防腐劑，
消費者長期攝取可能帶來腸胃不適或過敏反應，是應該要注意的潛在風險。

從檢驗到選購，把關月餅食用安全

食藥署針對防腐劑檢驗已訂定相關檢驗方法，可用於監測市售月餅中的苯甲酸、己二烯酸及對羥基苯甲酸酯類等12項防腐劑。透過高效液相層析儀（HPLC）等儀器分析，可精準測定樣品中防腐劑的種類及濃度。藉由科學化檢測，各地衛生機關能有效把關，避免違規產品流入市面，讓消費者在享用月餅時，不必擔心吃進過量或非准用防腐劑。

此外，食藥署提醒，消費者選購月餅時應留意幾項細節：

- 挑選來源清楚、標示完整的產品，避免購買來路不明的散裝月餅。
- 應依產品說明適當保存，並於購買後儘早食用。
- 均衡飲食同樣重要，即使月餅再美味，也應適量攝取，避免一次食用過量而造成身體不適。

中秋節象徵團圓與分享，懂得安心選購、適量品嚐，不僅能享受月餅的美味，
也能兼顧飲食健康，讓「月圓人團圓」的美意更加圓滿。

