

# 全谷物食品 如何更多走上餐桌?

□新华社“新华视点”记者 蒋成 叶婧

你经常吃燕麦、荞麦、藜麦吗?又是否了解哪些食物是全谷物食品?

所谓全谷物食品,是以全谷物为主要原料制成、全谷物含量达到一定比例的食品。2024年年底,七部门印发《国家全谷物行动计划(2024—2035年)》,旨在增加全谷物供给与消费,助力节粮减损,促进营养均衡,提升粮食安全保障和人民健康水平。

如何让更多全谷物食品走上餐桌?近期以来,“新华视点”记者进行了调查。

## 消费端:全谷物消费有较大提升空间

“全谷物是天然的‘营养素包’”“全谷物中的B族维生素、矿物元素等微量营养成分比精制谷物多40%至90%,富含膳食纤维”……王女士最近了解到这些知识后,想将家中主食换成全谷物,但事情比预想的要麻烦一些。

“煮的时间很长,不如平时煮米饭、面条来得快。糙米煮粥大概要一两个小时,或提前浸泡半小时以上,而普通大米只需要半小时。”王女士说。

国家粮食和物资储备局科学研究院首席科学家谭斌介绍,精制谷物比全谷物口感更好、更易保存。长期以

来,我国居民已形成“精米白面”的精制谷物消费习惯,短时间难以改变。

“糙米、胚芽米营养价值高,但销量不太好,因为口感不佳、饱腹感强,如果不提前浸泡很难煮熟,很多消费者倾向于把它当成减肥产品。”一家大型连锁超市的售货员说,“如果消费者注重口感,我就会推荐好烹饪、更柔软的燕麦。”

增加全谷物供给与消费,既能促进营养均衡,也可助力节粮减损。然而,数据显示,当前我国全谷物消费占谷物消费的比例不足1%,有较大提升空间。

《中国消费者全谷物认知状况报

告(2021)》显示,消费者对全谷物的认知水平整体不高,仅有24.6%的消费者能准确识别全谷物,95%的消费者全谷物的营养价值认识不全面,仅有不足15%的消费者知道每天该吃多少全谷物。

一些消费者说:“对全谷物产品的认知不多,常见的只知道糙米和全麦面包。”记者注意到,不少售卖全谷物产品的商超、电商平台也没有明显的宣传提示。

也有消费者表示,市场上部分产品打着“全麦”“杂粮”旗号,但实际全谷物含量不达标,难以通过外观、标签准确判断。

## 供给端:创新推出更多高品质全谷物食品

在电商平台,以免泡快煮杂粮、煮粥杂粮,即食麦片、全麦产品等为主的全谷物产品琳琅满目,销量靠前的几家全谷物产品月销超过1万单。记者在多地数家大型连锁超市也看到,全谷物产品种类相对丰富。

国内一家烘焙企业相关负责人介绍,近年来,以全麦、燕麦、黑麦面包等为代表的全谷物产品在烘焙领域逐渐流行,消费整体呈增长势头,但相对而言,局面还未打开。

贵州一家大型连锁超市相关负责人介绍,以该超市在全省近50个经营门店数据来看,2024年全年销售全谷物类产品约38000公斤,仅占全粮食品类的0.12%。

为进一步推动全谷物食品供给

和消费实现动态平衡,形成供需适配的全谷物产业发展格局,多地企业通过推动全谷物关键共性技术创新,创制更符合大众消费特点和习惯的全谷物食品。

由山东省农业科学院粮食储藏与减损团队主导研发的高品质全麦粉及全麦面制品制备技术,现已推广应用。烟台、青岛等地企业利用这一技术,实现了速冻全麦面饼、全麦挂面、全麦粉、全麦吐司等系列产品的规模化生产,市场反响良好。其中,全麦挂面于9月下旬投产,第一批约5吨货品销售一空。

山东省农业科学院粮食储藏与减损团队负责人龚魁杰说,主打健康理念的全谷物、全麦等产品更多进入

市场,是发展适度加工的生动案例。

“以小麦为例,借助技术手段使其副产物得到食物化利用,可达到和普通小麦粉的品质、口感、细腻度一致的水平,且膳食纤维、微量元素含量高,有益于人体健康。”龚魁杰说,新技术有很大应用空间,有望让小麦食物化利用率提升到90%左右。

“我们公司种植了千余亩红米。红米富含膳食纤维和氨基酸等微量元素,有利于健脾消食、防止贫血。”安徽省太湖县泉之道农业有限公司董事长赵金根说,红米产量低、种植成本高,如果直接作为主食,口感一般;为适应年轻消费者需求,公司自建了烘焙工厂,研发了红米酥饼等20余款产品。

## 西部陆海新通道 铁海联运班列集装箱 运量累计超255万标箱

新华社重庆11月12日电(记者李晓婷)自2017年西部陆海新通道铁海联运班列首次开行以来,铁海联运集装箱运量累计达255.9万标箱。

这是记者在12日举办的2025陆海新通道航商大会获悉的。西部陆海新通道以重庆为运营组织中心,各西部省区市为关键节点,利用铁路、海运、公路等运输方式,向南经广西、云南等沿海沿边口岸通达世界各地。

《西部陆海新通道总体规划》明确,到2025年,经济、高效、便捷、绿色、安全的西部陆海新通道基本建成。目前,铁海联运集装箱运量累计达255.9万标箱,已达成总体规划明确的2025年“铁海联运集装箱运量达到50万标箱”的目标。

今年9月,西部陆海新通道铁海联运班列年度发运量首次突破100万标箱,较2017年开通初期增长110倍;运输网络拓展至127个国家和地区的581个港口;货物种类已涵盖电子产品、整车及零部件、机械、食品等数十个大类的1300余种产品。

今年1月至10月,重庆经西部陆海新通道货运量、货值达27.23万标箱、489.62亿元,分别同比增长33%、27%;重庆枢纽通道联运量14.6万标箱,同比增长22%。

重庆市政府口岸物流办副主任李颜表示,《西部陆海新通道总体规划》发布以来,通道运行保障效能显著跃升、互联互通水平稳步提升、枢纽经济新动能不断壮大、综合服务功能持续增强,助力更多西部内陆产品跨越山海、走向世界,初步形成“通道+经贸+产业”的良性循环。

## 广东发现 新物种“佛山掌突蟾”

新华社广州11月12日电(记者胡拿云)广东环境保护工程职业学院、广东省环境科学研究院的研究人员在佛山市发现两栖动物新物种——佛山掌突蟾,相关科研成果于12日在国际动物分类学杂志《生物钥匙》上正式发表。

佛山掌突蟾体形小,颞褶下缘黑色线纹显著,趾间微蹼,趾侧缘膜宽,趾下垫不中断,体背皮肤无皮肤棱。

研究团队牵头人林石狮表示,该物种因发现自佛山,其拉丁名Leptobranchella kungfu源于中国传统武术“功夫”,以彰显佛山作为中国“功夫之城”这一重要文化传承。

据介绍,佛山掌突蟾主要活动于粤港澳大湾区西部丘陵山地区域,周边人类活动密集。它们的分布模式、历史扩散路径、生态位及适应性等值得学界深入关注。研究人员还编制了一份广东省掌突蟾属的检索表,基于传统形态特征对每个物种进行了准确分辨。

林石狮说,新物种的发现表明大型城市群中的多种自然微生境面积虽小,但对特色物种的保护具有重要意义,应是城市生态系统的核心关注目标;同时显示生物多样性调查与保护工作已进入精细化与特色化阶段。

## 优供给利消费,实现健康与节粮双赢

因地制宜发展全谷物产业,有利于促进居民营养健康消费,在更高层次、更高水平上保障国家粮食安全。

“《国家全谷物行动计划(2024—2035年)》的核心目标是加快我国全谷物食品产业的发展,力争用10余年时间,大力提升我国居民的全谷物消费占比。”谭斌说。

中国农业大学全球食物经济与政策研究院专家王晶晶建议,加大对全谷物在生产、储藏、运输、加工、消费全链条中的环境效应、营养健康效应及粮食安全效应的分析;加快全谷

物术语、分类、标示及检验检测等国家标准、行业标准制修订;加强全谷物原料、全谷物主食品及全谷物方便食品等标准的制修订。

业内人士建议,可在稻谷、小麦等原料富集区布局产业园区,整合“种植—加工—物流”资源,建设标准化原料配料供应基地。吸引龙头企业入驻,培育链主企业带动中小企业协同发展。

如在山东德州、滨州、泰安等粮食加工大市,一些重点龙头企业通过提升改造生产设备和技术工艺,

延长研磨取粉道数,大幅提升小麦出粉率,并推出“粗磨”“全麦”系列产品,让营养健康与节粮减损实现双赢。

“推动全谷物产业发展是系统工程。”谭斌建议,在生产更多符合消费者需求的全谷物新产品的同时,可通过开展全谷物宣传引导行动,加强多渠道、多主体、多场景的全谷物科普活动,加快形成并发布全谷物营养健康科学共识,倡导全谷物膳食健康消费。

新华社北京11月12日电