

你买的荔枝，还“活”着吗？

专家辟谣果肉发白就是“死荔枝”：果肉的色泽和质感主要由品种决定



网友供图

糯米糍、白糖罂等品种新鲜采摘时果肉为半透明状。



网友供图

眼下又到了吃荔枝的时节，不少网友认为果肉透亮是新鲜的“活荔枝”，果肉发白是不新鲜的“死荔枝”，这种说法科学吗？

国家荔枝龙眼产业技术体系首席科学家胡桂兵表示，这种说法并不科学。果肉的色泽和质感主要由品种决定，有的品种果肉呈透明状，有的品种本身就是乳白色。

我国荔枝品种繁多，不同品类的果肉原生质感各有不同。像妃子笑、怀枝、鸡嘴等品种，哪怕是刚从枝头采摘，果肉也呈乳白色，并不透亮；糯米糍、白糖罂等品种则恰好相反，新鲜采摘时果肉为半透明状；仙进奉这个品种刚采摘下来，果肉呈现出蜡黄色。

荔枝在常温环境下，随着贮藏时间增加果肉会逐渐失去透明度转为乳白色，这并非微生物入侵导致腐败变质的表现，而是一种正常的理化性质变化。

存放过程中，果肉中一些有机物质成分发生了改变，以及果肉组织自身的结构在衰老过程中产生了变化，使得光线透过率下降，看起来就“白”了。此时的荔枝风味虽与现摘略有差异，但仍可正常食用。

专家提醒，无论是什么颜色的果肉，当出现明显褐变、软烂渗水、产生酸臭味时，说明荔枝已经变质，不能再吃。

想要挑选新鲜荔枝，主要注意以下几点。

查看果皮，新鲜荔枝果皮色泽鲜亮、纹路清晰，无发黑、干瘪、破损。

清理枝叶，去除过长的枝条和叶片，为果实减负。

分拣果体，仔细检查，剔除掉任何已经出现裂口、病褐斑或虫眼的次果和坏果，防止它们影响健康的果实。

密封冷藏，将筛选后的健康荔枝放入保鲜袋中，封好口，再放入冰箱冷藏格

保存。

专家提醒，荔枝好吃切忌贪多。它的糖分较高，升糖指数也较高，糖尿病患者等人群应谨慎食用。依据《中国居民膳食指南(2022)》和糖分摄入标准，建议成年人每日食用量控制在10至15颗(约200至300克)以内，儿童则不宜超过5颗，且最好在饭后半小时食用。

大量空腹食用荔枝可能诱发俗称“荔枝病”的急性低血糖综合征。这是因为荔枝所含的次甘氨酸A、α-亚甲环丙基甘氨酸会造成人体血糖快速下降，轻则引发头晕心慌、出冷汗，重则引起抽搐昏迷，切勿空腹享用。

专家表示，荔枝本身并无害处，相反还含有很多有益营养成分(如多糖、多酚、γ-氨基丁酸等)。食用荔枝时注意，不要空腹和过量，选择成熟果实，我们完全可以安心享受这份夏日限定的甜蜜。

(农民日报)

链接 吃大蒜还能防蚊？

据新华社电 夏季已至，蚊虫叮咬令人不堪其扰，网上各类“防蚊大法”五花八门。其中，“吃大蒜可以防蚊”的说法，广为流传。记者采访传染病防治领域专家，证实此类说法站不住脚。

记者调查发现，大蒜虽然本身气味浓重，但有助驱蚊这一点并无科学佐证。

天津市疾病预防控制中心消毒与病媒生物预防控制所所长吴彤宇介绍，蚊子是通过一系列感官信号来定位宿主的。首先是二氧化碳产生吸引作用，随后是视觉、温度感知及嗅觉近距离信号。

因此，体型较大(代谢率更高)、处于妊娠状态(二氧化碳、体温升高)以及衣物颜色较深的人，可能更容易获得蚊子“青睐”。

而所谓嗅觉，主要是检测人体皮肤、汗液及微生物群中挥发性有机化合物的受体。那么吃完大蒜，人体是否能代谢出驱赶蚊子的有机化合物呢？答案是不能的。

广州市疾控中心消毒与病媒生物防制部负责人李晓宁说：“食用大蒜后，人体消化道会迅速将其分解代谢，产生多种含硫化物。其中一部分硫化物会通过呼吸和汗液排出体外，从而形成我们所闻到的大蒜味。这些代谢产物在体内的浓度其实很低，因此释放出的气味也非常微弱，不足以让蚊子将其识别为一种驱避信号。”

除了大蒜，食用洋葱、柑橘可以防蚊等网传说法，均无科学依据。人体的气味主要由遗传、新陈代谢和皮肤表面菌群共同决定，单纯依靠吃特定食物，既无法从根本上改变体味，也无法对蚊子产生持久的驱避作用。

所以，与其相信捕风捉影的“食物防蚊法”，不如通过减少引诱蚊子的因素、隔离接触、使用驱避产品等方法科学防蚊。

吴彤宇建议：“首先保持好个人卫生，勤洗澡换衣；其次使用纱窗纱门阻挡蚊子进入室内，户外活动时穿长袖浅色衣物。另外，可以在裸露的皮肤上涂一些驱避剂，可以有效避免蚊虫的叮咬。”



给科学课装上“AI引擎”

6月11日下午，2026年湖南省“AI赋能 智创课堂”人工智能融合科学课堂教学实践研讨会在长沙举行。来自全省各地的科学教育专家、教研员、一线教师以及西藏自治区山南市乃东区泽当镇小学、湖南省黄思思小学科学名师网络工作室等

线上线下共计八百余人齐聚“云端”与现场，共同探索人工智能时代科学教育的变革路径。

本次研讨会由湖南省教育学会机器人教育研究专业委员会主办，长沙市实验小学承办。

文、图/通讯员傅雅思

潇湘晨报分类信息

遗失声明

衡阳市蒸湘区叶婆婆钵钵鸡燃面餐饮店(个体工商户)遗失食品小经营许可证,证号:湘食品小经营204080069229,声明作废。●郴州邦达汽车租赁有限公司遗失公章一枚,编号:43102410001479,声明作废。●衡阳县宇浩仓储店遗失公章43040610010479,财务章43040610010480、阳花私章43040610010482,声明作废。●湖南时漫贸易有限公司遗失公章43012110214084,财务章43012110214069、许时英私章43012110214070,声明作废。●安仁县房地产业协会遗失开户许可证,核准号:J5642000055401,声明作废。●衡山县比家香蜂蜜多味面包店(个体工商户)遗失小餐饮经营许可证,编号:湘小餐饮0423001531,声明作废。●长沙飞越劳务服务有限公司遗失公章43012110268575,声明作废。●长沙市韵春酒业有限公司遗失公章43011210113297,声明作废。●中国共产党隆回县委员会宣传部遗失开户许可证,核准号:J5554000135703,声明作废。●保靖县吕洞山镇西游村经济合作社遗失开户许可证,核准号:J5695000363502,声明作废。

遗失声明

湖南億行天下科技有限公司宁远分公司因不慎将宁远县市场监督管理局核发的统一社会信用代码为91431126MAC9Y16B3W的营业执照正本和副本全部遗失,特此声明作废。●长沙国通电子产品贸易有限公司定于2026年6月30日在公司会议室召开股东会。本次会议决议事项:讨论公司清算组备案及公司注销事宜。请所有股东接到通知按时参会,若未按时参加股东会,根据公司法及公司章程规定视同放弃表决权。联系人:范华丽,电话13827287917。●湖南中广达文化传播有限公司定于2026年7月27日在公司会议室召开股东会。本次会议决议事项:1.提议办理公司注册资金减资手续;2.依据上述事项修改公司章程。请所有股东接到通知按时参会,若未按时参加股东会,根据公司法及公司章程规定视同放弃表决权。联系人:彭军,电话13517318191。●湖南省博讯信息技术有限公司遗失公章、张成私章、财务章43010210222563,声明作废。●虚云寺遗失开户许可证,核准号:J5635000691501,声明作废。

MC影城黄金一区店 闭店公告

尊敬的顾客您好,由于公司战略布局和经营调整,MC影城黄金一区店将于2026年6月15日闭店,影城会员卡可在MC影城旗下其他门店继续享受观影服务,如您有退卡退款需求可至影城现场(6月30日前)周一至周五(14:00-20:00)进行退卡退款登记处理,由此给您带来的不便,我们深表歉意!再次感谢您的支持与理解!

MC影城黄金一区店 借款催收公告

债权人陈曦(身份证号:4329011978****2033):2016年11月25日,湖南湘水洞庭资本管理中心(有限合伙)通过杜众乐向你本人出借人民币2000万元,并委托杜众乐与你签署了借款协议。现通知你速向湖南湘水洞庭资本管理中心(有限合伙)偿还本息。特此公告!

遗失声明

长沙市环睿建材有限公司遗失公章43010210015194,声明作废。●冷水江市兑宇电子商务有限公司遗失公章43138110012181,声明作废。