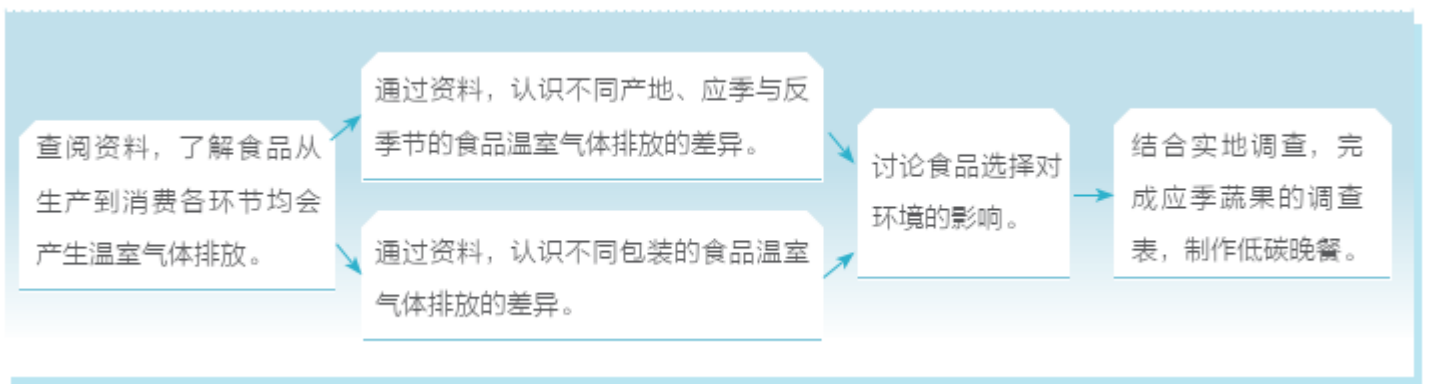


# 问题研究：低碳食品知多少

越来越多的人选择食品的标准除了有益健康之外，还希望这些食品在生产时，尽可能降低对环境的损害。仔细想一想，即便是一小块饼干，它的背后也暗藏着一个庞大的产业系统，其生产、运输和消费都与环境密不可分。什么是低碳食品？我们在日常生活中应该怎样选择食品以减少温室气体的排放？

对于这一课题的探究，建议采用以下思路。



## 资料1 什么是低碳食品

在食品的生产、运输和消费环节中（图5.27），耗能低、二氧化碳及其他温室气体排放量少的食品称为低碳食品。生产各种农产品的温室气体排放量差异极大，以生产1千克农产品为例，温室气体排放量由少到多依次为小麦、马铃薯、鸡肉、牛肉。



图 5.27 食品的生命周期

在食品的生命周期中，有什么方法能够减少温室气体排放？

## 资料2 本地和应季蔬果

与外地蔬菜、水果相比，本地蔬菜、水果有效减少了运输所排放的温室气体，是更低碳的食品。另外，长途运输的蔬菜、水果必须在六七成熟时采摘，尽管有保鲜技术，但仍然会损失部分营养物质，而本地蔬菜、水果可以做到九成熟采摘，因此更有营养。

与反季节蔬菜、水果相比，种植应季蔬菜、水果减少了肥料和农药的使用，是更低碳的食品。应季蔬菜、水果生长时依靠当地自然条件，不需要投入额外的设备、能源等。

1.与本地相比，选用外地生产的蔬果在哪些环节增加了温室气体排放？

2.与应季相比，选用反季节生产的蔬果在哪些环节增加了温室气体排放？

## 资料3 食品的包装

人们选择食品时会不自觉地关注包装。以一个苹果为例，有称重售卖的苹果，也有装在精致印花袋子中分只售卖的苹果，还有装在礼盒中售卖的苹果。苹果的味道虽然相差无几，但伴随这只苹果产生的碳排放量是天差地别的。商家为迎合消费者的喜好，精心设计了各种包装，如独立包装、玻璃或金属材质的包装、各类礼盒包装等（图 5.28）。选择简单包装的食品，可以减少加工过程及未来处理废弃物时所需要消耗的能源。



图 5.28 过度包装的礼盒

可以从哪些方面采取措施，减少食品的过度包装？

分析讨论

不同的食品选择会带来一个完全不同的世界吗？

执行任务

1.通过实地调查，找出几种本地生产的蔬菜、水果，记录它们的盛产期，填入表5.1中，便于顺应时节选择食材。在班级里公布你的调查结果。

表 5.1 本地生产的蔬菜、水果盛产期

蔬果名称	月 份											
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
西瓜					√	√	√	√				

2.根据调查结果，选择低碳的食材，用低碳的方法为家人做一顿健康又低碳的晚餐。在班级里进行讨论，交流制作“低碳晚餐”的心得。

### 小提示

使用应季的、本地产的、简易包装的食材；煮米饭或粥时考虑用薏仁、红薯等粗粮替代部分白米；考虑用白肉替代红肉，如用鸡胸肉替代牛肉；考虑以凉拌方式做菜，可以省下烹调时的能源使用；少油、少盐、少糖，减少调味料的使用，既健康，又减少碳排放。