

无糖食品应用天然甜味剂已成大趋势

口味单一 缺乏头部品牌 美味与健康如何兼得

□ 本报实习记者 贾淘文

国际糖尿病联盟数据显示,全球约4.25亿人患糖尿病。随着大健康意识的提升,食品“去糖化”成为消费者关注的热点。凯度消费者指数显示,69%的中国受访消费者表示正在尝试减糖产品。无糖、低糖饮料在2019年的销量增长了13%,高于饮料总体0.6%的增长率。

面对日益高涨的消费需求,无糖食品即将迎来新的发展挑战。然而,记者在市场走访发现,除饮料、冷饮、冲饮、乳制品外,无糖食品缺乏头部品牌,且口味相对单一,成为制约其发展的瓶颈。

消费者期待好口味与大品牌

6月3日,记者在北京丰台定安路一家无糖食品店走访看到,店内所售的无糖食品种类丰富,涵盖有饼干、冷饮、小零食及糕点等相关产品,价格与普通食品没有明显差别。店内同时为顾客提供免费血糖测试服务,很多中老年消费者都是先测血糖,再挑选商品。一位顾客向销售人员咨询:“怎么很多品牌都没听说过,也不知道到底好不好?”店内的销售人员解释到:“无糖食品和一般食品不同,都是专业厂家生产的,很多顾客熟知的食品企业没有无糖产品。不过,咱们店证照齐全,商品也都是正规厂家生产的,您完全可以放心购买。”

随后,记者在北京蒲黄榆物美超市走访发现,与无糖相关的食品,除饮料、冷饮、冲饮、乳制品以外,其他品类食品确实比较少。记者询问某知名品牌饼干的销售人员,是否有无糖类型的产品,销售人员表示:“从来没有。”

记者调查发现,一方面无糖食品

缺乏头部品牌,陌生的品牌让消费者心有顾虑,另一方面无糖食品的口感也让很多消费者望而却步。消费者王女士对记者说:“我老公有糖尿病,但是总会偷偷的吃甜食。开始我总觉得是他对自己健康不负责任,直到有一次我吃了一块给他买的无糖牛舌饼,口味寡淡确实不好吃,我终于理解他的苦衷了。”

在北京刘家窑稻香村糕点专柜记者看到,含糖糕点依旧是消费者热衷的产品。一位顾客对记者说:“吃点心,没有蜜、没有糖,那还不如不吃呢。”

市场影响品牌布局

对于无糖食品产业缺乏头部品牌的现象,中国食品产业分析师朱丹蓬在接受记者采访时表示:“无糖食品还是属于少数的、小众的产品。此外,无糖从消费者的体验感来说是相对较弱的。但是,当整个世界范围内‘去糖化’需求到达一定的节点之后,低糖、无糖就成了一种问题。现在,对于头部企业本身来说,他做的一些配方研究都是围绕‘减糖’,或者说企业并不想去改变太多,而中小企业又没有能力去引导这个无糖产业的发展。头部企业推出无糖产品,只是建立整个同质化竞争当中的一个差异化优势,我想未来这是个发展方向。”

此外,消费者的固有消费认知,也使得头部企业对无糖产品的市场布局表现谨慎。朱丹蓬表示:“从整体食品工业的角度来说,无糖的口感是一大阻碍,以无糖和低糖进行比较就会发现,目前低糖是大众化的,无糖在一些消费者的固有消费认知中是不接受的,明知道有糖也要吃,因为有些消费者就是喜欢天然糖的味觉感受。对于



天然甜味剂提升口味需求

就如何平衡消费者对于甜味与健康的要求,山东保龄宝生物股份有限公司相关负责人在接受记者电话采访时表示,甜味剂行业在未来一段时间,会有良好的发展趋势。“天然甜味剂具有和蔗糖类似的甜味,但没有蔗糖的热量,也不会引起人体血糖的升高,而且不会形成龋齿,而且有些甜味剂对于牙齿有保护作用,比如赤藓糖醇等,可以抑制牙斑菌的形成。”

去年9月,市场监管总局办公厅发布关于规范使用食品添加剂的指导意见。食品生产经营者生产加工食品应当尽可能少用或者不用食品添加

剂。积极推行减盐、减油、减糖行动。科学减少加工食品中的蔗糖含量,倡导使用食品安全标准允许使用的天然甜味物质和甜味剂取代蔗糖。

“目前,甜味剂在饮料、乳品、糖果、保健食品及休闲零食中都有应用。甜味剂在口感上与蔗糖相近,在很多领域中可以大比例替代蔗糖,尤其在饮料中,欧美等发达国家无糖饮料的比例可达到30%以上,而国内比例仍非常低,未来有很大的发展空间。另外,在糖果方面,目前口香糖及润喉糖中,用甜味剂来代替蔗糖已经成为趋势,口香糖在国外无糖产品的比例可达90%以上。因此,在大多数品类食品中,甜味剂或者复配甜味剂等,可以完全取代蔗糖。随着人们健康意识的增强,高糖食品带来的身体健康问题逐渐被消费者所公认,用甜味剂来代替蔗糖,已经成为各食品行业公认的减糖方案,最近两年国内无糖食品将会有更多的新品快速推向市场。”该负责人说道。

记者调查发现,一方面无糖食品

50%白砂糖消费将被转化 代糖生产企业转攻消费端

随着生活水平的提高,人们越来越开始重视饮食健康,一些不健康的饮食习惯,人们已经开始察觉,并且在寻求改变,其中减糖尤其被重视。

去年7月15日,国务院正式发布《健康中国2019—2030》发展规划,鼓励全社会“减油、减盐、减糖”,推进食品营养标准体系建设。由此,把减糖再次提高到了重要的位置。也因此,给代糖食品行业开辟了无限大的产业想象力。一些原来作为食品产业链上游的代糖供应商,也开始转攻消费市场。

减糖迫在眉睫

根据《健康中国2019—2030》发展规划,提出合理膳食行动,重点鼓励全社会“减油、减盐、减糖”,提倡到2030年人均每日食盐摄入量不高于5g,成年人均每日食用油摄入量不高于25—30g,人均每日添加糖摄入量不高于25g。

但是,目前我国的人均摄入量远高于上述标准。中国疾控中心营养与

品的受众分析称,“现在消费者多集中在一二线城市,大学生是消费中最年轻的一人群”。

未来市场潜力巨大

按照国家层面的规划,代糖行业未来无疑是面临一个巨大的市场,这也给代糖产品带来了机会。那么代糖的潜在市场到底有多大?对此,杨乐给记者算了一笔账,按照国家政策的相关要求,到2030年之前,国内人均每天摄入白砂糖不超过25克,而目前每天人均摄入量为50到60克。如果到时候政策趋严,人们又不愿意改变糖的摄入规律,那么就要把白砂糖的消费量转向代糖消费。“每人每天从50克降到25克,那么白砂糖的市场就将有一半被代糖所取代,以国内目前的消费计算,到时候代糖的消费量相当于现在每年1000万吨白砂糖,这个市场蓝海很大。”

值得注意的是,虽然国家层面要

加大减糖的力度,但是人们已经习惯了白砂糖的使用,如何让消费者从白砂糖转移到代糖产品,是摆在代糖产品生产企业面前最现实的问题。

作为终端的代糖来说,未来的消费场景除了直接加在茶或咖啡里,可能更多时候要用来烧菜,比如红烧鱼,红烧肉;但对普通消费者来说,如何按比例使用代糖是个问题。

为了改变消费者认知,代糖的销售商们也想了很多方法,尤其是线下推广。未来,代糖将出现在五星级酒店的餐厅餐桌,和传统糖类产品放在一起作为消费选择,精致的包装,起到品牌宣传作用。其次,还会加强与咖啡、茶饮渠道合作。

在这些销售商们看来,现在的消费群体主要是喜欢尝试新事物,消费偏好较高的年轻人,随着商家对消费者教育层级的提升,加上过去已经使用过代糖产品的年轻人的成熟,未来代糖产品会深入人心。

糖的1/3,即是每克仅1.3卡路里。

雪莲果糖浆亦有一些营养功效,当中的低聚果糖能减少饥饿激素的产生,可以降低食欲,让人进食更多东西。低聚果糖可“谓”肠道内的益生菌,令益生菌迅速增殖,结果可以治疗便秘和水土不服所致的腹泻,增强免疫力和脑功能,还可降低患糖尿病和肥胖症的风险。不过雪莲果糖浆也有一个坏处,就是进食过多,身体会产生气体,会导致腹泻或消化道不适。

另外,低聚果糖是不适合煮食或烘焙,因它在高温下会分解,故雪莲果糖浆只适合于咖啡、茶等作调味。

以上3款代糖都比其他精制糖健康,但须注意分量。因为根据瑞典的一项研究发现,每天只喝两杯加糖饮料的人,无论是食用天然的还是人工糖的,都有增加患糖尿病的风险。饮用加糖饮料同时也应谨记饮用足够的水。

等“三高”人士食用。巴西人及巴拉圭人也有用甜叶菊的草药治疗“三高”的病。虽然像糖,但甜菊的余味带有微苦,有些美中不足。

除此之外,甜叶菊也具一些保健功效。当中所含甜菊苷不会使血糖升高,同时能降低血糖和胰岛素水平。

甜菊苷更能将高血压降低6%—14%,有降血压作用。

基本上甜菊糖没有什么副作用,不过孕妇应避免使用甜菊糖或甜叶菊,因甜叶菊在南美洲一直被用作避孕药。

罗汉果糖(Yacón Syrup) 罗汉果本身低卡而且甜度高。因此,罗汉果被拿来萃取出低热量、高甜度的甜味剂,具水果风味。

罗汉果的甜味不仅来自果糖及葡

3种天然健康代糖 助你减肥降血压

越来越多人了解到过多食用糖对健康无益,糖会导致高血糖、刺激胰岛素上升,诱发肥胖或第二型糖尿病。所以有人会转用食用人工代糖,事实上人工代糖并不是最好的代替品,赶不比白糖更没营养。那么市面上有什么健康的天然代糖可选择呢?

甜菊糖(Stevia) 甜菊糖是近年来的天然代糖之一,据食安中心资料显示甜菊糖是从一种于南美洲的名为甜叶菊的植物中提炼而成。巴西人及巴拉圭人一直以甜叶菊的叶子作为茶和食物的甜味剂。

甜菊糖的升糖指数为1,甜度比白砂糖甜300倍,近乎不含卡路里,不容易让人发胖,也没有发现有害人体健康,是适合高血糖、高血压及高血脂

等“三高”人士食用。巴西人及巴拉圭人也有用甜叶菊的草药治疗“三高”的病。虽然像糖,但甜菊的余味带有微苦,有些美中不足。

除此之外,甜叶菊也具一些保健功效。当中所含甜菊苷不会使血糖升高,同时能降低血糖和胰岛素水平。

罗汉果糖(Yacón Syrup) 罗汉果本身低卡而且甜度高。因此,罗汉果被拿来萃取出低热量、高甜度的甜味剂,具水果风味。

罗汉果的甜味不仅来自果糖及葡

萄糖,还来自罗汉果苷V(Mogroside V),果苷的甜度比砂糖要甜350倍,比蔗糖甜300倍,比起其他化学甜味剂,没有任何不良的副作用,是理想的天然代糖,而且几乎不含热量。

罗汉果糖萃取物也可以被做成液态或粉末,对热或酸碱的耐受程度高,不像阿斯巴甜此类由氨基酸链组成的代糖,遇热时味道随之改变,让甜味消失。不过采取罗汉果苷V的成本依然昂贵,所以约200克的罗汉果糖价格由70—100美金不等。

雪莲果糖浆(Yacón Syrup) 雪莲果糖浆提取自原产南美洲的雪莲果,它味甜,色深,稠厚度类似蜜糖。它含有40%—50%低聚果糖,是属于人体不能消化的糖分子,所以其热量只是

标榜“健康生活”的低糖或无糖饮料成为许多消费者购买饮料的首选。昨日,记者走访多家商超发现,此类饮品逐渐赢得货架“C位”,不少饮料品牌纷纷推出此类新产品。

无糖饮料真的无糖吗?这种饮料是否有助于减肥?营养师告诉记者,目前市面上的大部分无糖饮料其实是甜味剂饮料,可以代替高糖高热量的饮品,为甜瘾重的消费者提供“缓冲选择”,但并不能达到减肥效果。

低糖无糖饮料成为行业新风口

在江头福隆国际的一家便利店内,4个两米高的冰柜被各色饮料填满,其中一些标有“0糖、0脂肪、0卡路里”字样的饮料被摆放在醒目位置。店员吴小姐说,不少顾客向她咨询低糖无糖饮料,也有顾客买饮料时仔细研究营养成分表。从年初开始,她就主动提高了此类饮料的进货量,目前店内低糖无糖饮料进货量达到饮料总量的65%左右。

一些供货商也在调整货品。乌石浦南路附近的一家便利店的店员告诉记者,一些饮料公司已将他们专柜主推的饮料调整为油切麦茶、乌龙茶等“减肥茶”。

低糖无糖产品俨然成了饮料行业的新风口。根据凯度消费者指数研究报告,69%的中国受访消费者声称正在尝试减糖产品;低糖无糖饮料2019年的销量增长13%,远高于饮料总体0.6%的增长率。

据悉,可口可乐、伊利、青岛啤酒、银鹭等多个品牌纷纷推出低糖无糖新产品。



无糖饮料并不适合减肥人士

为什么低糖无糖饮料受到人们青睐?记者走访了解到,不少人是为了减肥、控制热量摄入。“减肥期间,总是特别想喝甜味饮料。选择用代糖替换蔗糖的饮料,至少心里没有负罪感。”消费者方小姐说。

还有不少消费者提到,微博、小红书等社交媒体平台上红人、博主的推荐对他们的消费决策产生了影响。还有一些美食博主会做相关饮料口味评测,让消费者感到好奇,进而尝试。

“大部分无糖饮料是用阿斯巴甜等甜味剂替代蔗糖、白砂糖及葡萄糖等传统糖类的甜味剂饮料。”厦门大学厦门医院营养科主任陈红洁医生分析说,甜味剂饮料甜味但热量低,满足部分消费者降低热量摄入的需求。

饮用无糖饮料真的不会发胖吗?陈红洁医生解释道,甜味剂饮料的主要作用是代替高糖高热量的饮品,为甜瘾重的消费者提供“缓冲选择”,并不能达到减肥效果。而且,甜味剂饮料能打开食欲,容易上瘾。

不少网民质疑无糖饮料噱头大,饮用存在健康风险。陈红洁说:“目前甜味剂饮料还存在争议,但市面上能够购买到的无糖饮料,里面所添加的甜味剂都是符合国家食品安全法的,都是可以添加到饮料里的食品添加剂,不会对身体造成直接伤害,但不建议长期饮用。”她说,有减肥需要的消费者,不建议喝饮料,对身体健康最好的饮品还是白开水,此外,消费者可饮用柠檬水、淡茶水。

受到年轻人青睐的奶茶,被陈红洁特别“点名”。他提醒消费者,买奶茶时有“无糖”的选项,但只是不另外加糖,而奶茶本身配料中就含有糖分。奶茶还含有植脂末等添加物,长期饮用不利于心血管健康。

(厦门)

减糖减脂是全球趋势

但人工代糖真的受消费者欢迎吗?

比起时下流行的人工代糖,60%的美国消费者更偏好直接少糖——这是数据调研机构Innova Market Insights最新发布的调研结果。

Innova Market Insight针对全球主要市场消费者做的一项调研显示,在其调研的国家中有70%的消费者在2018年中都降低了糖分摄入量(包括美国、中国、英国、法国、德国和巴西),特别是年龄在55岁以上的成年人。

在美国,品牌们在2018年推出的食品和饮料中,有8%都降低了含糖量。比起用阿斯巴甜、糖精钠、蔗糖素等人工甜味剂,今天的美国消费者更偏好直接减糖。

人工代糖的甜味剂的需求在增加,比如甜菊糖、罗汉果糖、索马甜(非洲竹芋甜素)都是较为热门的。

另一数据调研机构尼尔森的研究也证实了这一点。尼尔森健康部门副总裁Sarah Schmansky对Food

Fortune表示,50%的消费者计划通过直接购买“不额外加糖”的产品来控制糖分摄入,此外超过半数的消费者都尽量选择非人工甜味剂的食品。

消费者对人工甜味剂的顾虑,多少影响了食品饮料巨头的新产品开发偏好,也给行业带来不少新机遇。

2020.6.8

实习编辑:暴梦川

法院公告栏

原告胡玉华,本院受理原告胡玉华诉被告胡玉华民间借贷纠纷一案,现依法向你公告送达民事起诉状副本、举证通知书、开庭传票。自本公告发出之日起60日内到本院领取民事起诉状副本、举证通知书和开庭传票,逾期视为送达。由你承担举证不能的法律后果。原告胡玉华的诉讼请求:1.判令被告胡玉华归还借款本金15000元及利息(利息按月息2分计算,自2019年6月1日起至还清之日止)。2.本案诉讼费由被告胡玉华承担。

原告胡玉华,本院受理原告胡玉华诉被告胡玉华民间借贷纠纷一案,现依法向你公告送达民事起诉状副本、举证通知书、开庭传票。自本公告发出之日起60日内到本院领取民事起诉状副本、举证通知书和开庭传票,逾期视为送达。由你承担举证不能的法律后果。原告胡玉华的诉讼请求:1.判令被告胡玉华归还借款本金15000元及利息(利息按月息2分计算,自2019年6月1日起至还清之日止)。2.本案诉讼费由被告胡玉华承担。

原告胡玉华,本院受理原告胡玉华诉被告胡玉华民间借贷纠纷一案,现依法向你公告送达民事起诉状副本、举证通知书、开庭传票。自本公告发出之日起60日内到本院领取民事起诉状副本、举证通知书和开庭传票,逾期视为送达。由你承担举证不能的法律后果。原告胡玉华的诉讼请求:1.判令被告胡玉华归还借款本金15000元及利息(利息按月息2分计算,自2019年6月1日起至还清之日止)。2.本案诉讼费由被告胡玉华承担。

原告胡玉华,本院受理原告胡玉华诉被告胡玉华民间借贷纠纷一案,现依法向你公告送达民事起诉状副本、举证通知书、开庭传票。自本公告发出之日起60日内到本院领取民事起诉状副本、举证通知书和开庭传票,逾期视为送达。由你承担举证不能的法律后果。原告胡玉华的诉讼请求:1.判令被告胡玉华归还借款本金15000元及利息(利息按月息2分计算,自2019年6月1日起至还清之日止)。2.本案诉讼费由被告胡玉华承担。

原告胡玉华,本院受理原告胡玉华诉被告胡玉华民间借贷纠纷一案,现依法向你公告送达民事起诉状副本、举证通知书、开庭传票。自本公告发出之日起60日内到本院领取民事起诉状副本、举证通知书和开庭传票,逾期视为送达。由你承担举证不能的法律后果。原告胡玉华的诉讼