

大量家庭弃用味精 味精真的有害吗？

记者调查 :味精对身体无害 但要适量

首席记者 林长凯

近段时间来,网传的“温度只要超过100℃高温,味精就会发生变性,不但会失去鲜味,还会形成有毒的焦谷氨酸钠”的信息,让味精致癌传闻触碰到了家庭主妇们的神经,这个曾经在餐桌上不可或缺的调味品逐渐被一些家庭所冷落。味精究竟还能不能吃?真的有害身体健康吗?记者日前进行调查采访。

六成家庭做菜弃用味精

记者就味精在家庭中的使用率在市区的安阳菜市场、城北菜市场、望江菜市场等地随机询问了20位“马大嫂”。其中有12人坚定地回答,“家里不用味精已好多年”,而且这12人不用味精的理由大致相同,就是担心味精吃多了会对身体有害,尤其是在癌症越来越高发的当下,味精致癌说更是令

不少人对其敬而远之。

外面餐饮店除了油盐普遍放太多外,最不好的就是为了用鲜味吊住客人的胃口,店家往往在菜里放很多的味精,味精是人工做出来的东西,吃多了没好处,我在家里绝对不用的。”家住市区集云家园的曾女士说。

记者在调查中也注意到,

一些味精的忠实粉丝,他们无论做什么菜都非放味精不可,认为没有味精的话饭菜就会变得不好吃,这样的人在受访人群中占到了两成。剩下的两成受访者,对味精会有选择性地使用,比如感觉嘴巴淡而无味的时候弄点味精开开胃,做一些味道清淡的蔬菜时放一点提提鲜。

味精究竟是什么做的？

记者调查发现,多数受访者表示味精中含有致癌物,可问到是何种致癌物时,她们皆答不上来,只说是听大家这么说的,那么味精究竟是什么做的呢?

记者采访了温州医科大学临床医学院医学博士李洁。“味精的主要成分就是谷氨酸钠,进入人体后分解为谷氨酸和钠,其中谷

氨酸有提鲜的效果,这也是味精为何能提鲜的原因所在。”李洁说。

李洁说,谷氨酸是人体必需的氨基酸之一,对人体有益无害,但必须小心的是,分解后的另外一个物质——钠是不可以过多摄入的,好在味精中含有的钠所占比例很低,并不会有任何副作用



味精的用法大有讲究

既然味精洗脱了可能致癌的嫌疑,但这并不意味着做菜时可以滥用味精,如何科学使用,需要因人而异。

“食物本身具有一定的鲜味,但对于胃口差的病患来说,靠食物本身的鲜味已不足以吊起他们的胃口,此时需要适当加一点味精来提鲜,帮助他们把饭菜吃进肚子,营养才有保障。”李洁说,“对于健康人群来说,并不是所有菜都需要放味精,那些炖、煮的菜是可以不放味精的。”

由于味精的主要成分是谷氨酸钠,细心的人看到钠就会想到盐,于是问题就来了,高血压病人吃味精会不会不利于每天盐摄入量的控制?

李洁解释说,1克盐中含有

393毫克的钠,但谷氨酸钠中所含的钠很少,还不足以影响到血压的变化。但某些患者根据病情的严重程度,营养师会给出低盐饮食、无盐饮食,甚至低钠饮食的建议,那些需要低钠饮食的患者是不可以放味精的。

对于绝大部分人群来说,味精可以放心使用,但用量也要适宜。千万不要以为在菜里多放一些味精,味道就能更加鲜美,那就大错特错了,其实多放味精和少放味精吃起来的鲜度是差不多的。



税收 黑名单 制度解读

税收黑名单是重大税收违法案件的俗称,税收“黑名单”制度的目的是惩戒严重涉税违法行为,提高纳税人依法纳税意识,规范税务机关执法行为,推进社会信用体系建设。日前,记者就“黑名单”公布原则和标准等内容采访了市国税局有关负责人。

记 税收 黑名单 公布的原则？

负责人 :依法公开、公平公正、分级管理、统一规范。

记：黑名单 公布的标准？

负责人 :税收 黑名单 公布的标准 按照分级管理的原则 ,分别由国家税务总局、省级税务机关和市级税务机关公布 ,其公布的标准分别是：

1、国家税务总局公布的标准

（一）纳税人伪造、变造、隐匿、擅自销毁账簿、记账凭证、或者在账簿上多列支出或者不列、少列支出 ,或者经税务机关通知申报而拒不申报或者进行虚假的纳税申报 ,不缴或者少缴应纳税款 ,查补税款500万元以上 ,且占应纳税额百分之十以上的；

（二）纳税人欠缴应纳税款 ,采取转移或者隐匿财产的手段 ,妨碍税务机关追缴欠税的税款 ,查补税款500万元以上的；

（三）以假报出口或者其他欺骗手段 ,骗取国家出口退税款 ,查补税款金额500万元以上的；

（四）以暴力、威胁方法拒不缴纳税款的；

（五）虚开增值税专用发票或者虚开用于骗取出口退税、抵扣税款的其他发票 ,虚开税款数额1000万元以上的；

记 税收 黑名单 公布内容？

负责人 税务机关公布的案件信息主要包括以下两部分内容：

一部分是案件当事人的基本信息。对于当事人是法人或者其他组织的 ,公布其名称、组织机构代码、法定代表人或者负责人、负

（六）虚开普通发票 ,票面额累计5000万元以上的；

（七）虽未达到上述标准 ,但违法情节严重、有较大社会影响的。

2、省级税务机关公布的标准

（一）纳税人伪造、变造、隐匿、擅自销毁账簿、记账凭证、或者在账簿上多列支出或者不列、少列支出 ,或者经税务机关通知申报而拒不申报或者进行虚假的纳税申报 ,不缴或者少缴应纳税款达到400万元以上 ,且占应纳税额百分之十以上的；

（二）纳税人欠缴应纳税款 ,采取转移或者隐匿财产的手段 ,妨碍税务机关追缴欠税的税额达到400万元以上的；

（三）以假报出口或者其他欺骗手段 ,骗取国家出口退税款达到400万元以上的；

（四）以暴力、威胁方法拒不缴纳税款的；

（五）虚开增值税专用发票或者虚开用于骗取出口退税、抵扣税款的其他发票 ,虚开税款数额800万元以上的；

（六）虚开普通发票 ,票面额累计4000万元以上的；

有直接责任的财务人员的姓名、性别及身份证号码(隐去部分数字)；对于当事人是自然人的 ,公布其姓名、性别、身份证号码(隐去部分数字)。

另一部分是案件的主要违法

（七）虽未达到上述标准 ,但违法情节严重、有较大社会影响的。

3、市级税务机关公布的标准

（一）纳税人伪造、变造、隐匿、擅自销毁账簿、记账凭证、或者在账簿上多列支出或者不列、少列支出 ,或者经税务机关通知申报而拒不申报或者进行虚假的纳税申报 ,不缴或者少缴应纳税款达到300万元以上 ,且占应纳税额百分之十以上的；

（二）纳税人欠缴应纳税款 ,采取转移或者隐匿财产的手段 ,妨碍税务机关追缴欠税的税额达到300万元以上的；

（三）以假报出口或者其他欺骗手段 ,骗取国家出口退税款达到300万元以上的；

（四）以暴力、威胁方法拒不缴纳税款的；

（五）虚开增值税专用发票或者虚开用于骗取出口退税、抵扣税款的其他发票 ,虚开税款数额600万元以上的；

（六）虚开普通发票 ,票面额累计3000万元以上的；

（七）虽未达到上述标准 ,但违法情节严重、有较大社会影响的。

事实、相关法律法规、处理处罚情况和是否移送司法机关等信息。

对公布的重大税收违法案件负有直接责任的中介机构及从业人员 税务机关可以依法一并公布其相关信息。

记 什么是联合惩戒？

负责人 简单来说 ,联合惩戒就是税务机关将公布的案件信息提供给实施联合惩戒措施的部门 ,由这些部门对案

件的当事人依法采取相应的扩大社会影响面、从严进行行政管理、限制评优评先、禁止或限制相关行为等措施。

记 联合惩戒措施实施部门有哪些？

负责人 我省联合惩戒措施主要由省发改委、省国税局、省地税局、省文明办、省法院、省公安厅、省财政厅、省国土资源厅、省交通运输厅、省商务厅、人行杭州中心支行、杭州海关、宁波海关、省工商局、

省质监局、浙江检验检疫局、宁波检验检疫局、省食品药品监督管理局、省网信办、浙江银监局、浙江证监局、浙江保监局、民航浙江安全监管局、省总工会、杭州铁路办事处等25个部门按照工作职责分别实施。

记 联合惩戒措施？

负责人 强化税收管理 ,通报有关部门 ,阻止出境 ;限制担任相关职务 ;金融机构融资授信参考 ;禁止部分高消费行为 ;限制取得政府供应土地 ;强化检验检疫监督管理 ;禁止参加政府采购活动 ;禁止适用海关认证企业管理 ;通过企业信用信息公示系统向社会公示 ;限制证券期货市场部分经营行为 ;限制保险市场部分经营行为 ;禁止受让收费公路权

益 ;限制政府性资金支持 ;限制企业债券发行 ;限制进口关税配额分配 ;通过主要新闻网站向社会公布 ;其他。

税务机关惩戒措施 :直接将重大税收违法案件当事人的纳税信用等级别判定为最差的D级 ,采取严格限量供应发票 ,从严审核出口退税 ,缩短纳税评估周期 ,提高监督检查频次 ,不得使用处罚幅度最低标准等管理措施 ,强化税务管理。

记 税收 黑名单 公布方式？

负责人 每季度终了后30日内 ,税务机关在其门户网站上公布重大税收违法案件信息。同时 ,还要通过 信用

浙江平台 、报纸、广播、电视、网络媒体等途径以及采取新闻发布会等形式向社会公布。

记 税收 黑名单 公布的执行和撤出时间？

负责人 税收 黑名单 制度从2014年11月1日起施行 重大税

收违法案件信息自公布之日起满2年的 从公布栏中撤出。

(通讯员 陈文静)