

猪全身都是宝 但有的部位不能随便吃

常言道“猪的全身都是宝”，无论是香酥可口的糖醋排骨、滋味浓郁的黄焖猪蹄，还是让人回味无穷的梅菜扣肉，每一样都足以让人垂涎三尺。

然而，今年的315晚会却曝光了令人震惊的事件——“梅菜扣肉预制菜原料竟是劣质槽头肉”，一些不良商家利用未经严格处理的劣质槽头肉以次充好，制作梅菜扣肉预制菜。要知道，正常五花肉批发价格在一斤12元左右，而劣质槽头肉批发价一斤仅3元左右，价格相差悬殊。这一消息立刻引发了大家对槽头肉食用安全性的讨论。



槽头肉，这个听起来有些陌生的名词，其实就是猪的头部与躯干连接部位的颈脖肉。由于屠宰时从猪脖子处开始放血，这部分肉常带有淤血，因此又被称为“血脖肉”，含有较多的淋巴结和淋巴组织。

富含淋巴组织的槽头肉

淋巴结通常呈豌豆大小，其主要功能是造血和免疫。可以将淋巴结理解成动物体内的“过滤装置”，它可以将病原微生物全部“扣留”下来，阻止病原微生物进入血液循环中，从而守护动物健康。

正常的淋巴结呈黄白色或黄褐色，虽然长得不太好看，但在食入后对人体没有太大影响。然而，出现充血、水肿、化脓、坏死等病变的淋巴结（俗称“肉枣”）中就会含有大量细菌、病毒等有害物质，食用后对健康危害非常大。

具体位置

淋巴结和淋巴组织所在位置
猪的头部与躯干连接部位的颈脖肉

有何危害

出现充血、水肿、化脓、坏死等病变的淋巴结中会含有大量的细菌、病毒等有害物质食用后对健康危害非常大

2

槽头肉并不等于淋巴结

需要注意的是，槽头肉并不等于淋巴结。淋巴结分布于全身各个地方，并不仅仅是脖子上独有，只是在猪脖子上比较集中而已。

当然，猪脖子上还存在甲状腺，这个部位可以合成甲状腺激素，假设人体摄入过量甲状腺素，也容易增加中毒风险。

因此，国家规定，屠宰后的猪必须进行“整修”，将那些病变淋巴结、肾上腺和残留甲状腺等切除掉。总的来说，只要经过规范的屠宰流程，槽头肉是可以安全食用的。现在大家之所以不吃，除了担心影响身体之外，主要是带淋巴的槽头肉腥臭味重，口感也不好。

同时，我们也无需因担心猪脖子肉的问题而拒绝品尝美味的梅菜扣肉，毕竟我们现在食用的梅菜扣肉多数是由口感更佳的五花肉制成。

3

猪「小腰子」不能食用

在猪的各个部位中，除了槽头肉，猪肝和猪小腰子也是需要谨慎对待的部位。

猪肝的营养价值很高，但同时，它作为解毒器官，往往会残留一些带有毒性物质的血液和胆汁，甚至可能藏有寄生虫。如果烹饪时处理不当，很容易导致感染。所以，家里喜欢吃猪肝的同学记得提醒父母：买回来的猪肝要反复冲洗，彻底清除肝血窦和肝管里的血液、胆汁；烹制时间也要尽量长一些，避免寄生虫感染。

如果说槽头肉因为不好吃而被人们“嫌弃”，猪肝经过反复清洗烹制后又是一道美味，那么猪“小腰子”则是绝对不能食用的部位。

猪“小腰子”可不是大家爱吃的猪腰，而是猪的

猪小腰子

具体位置

猪的肾上腺即“小腰子”位于肾脏上方

有何危害

如果误食可能在短短几分钟内出现血压急剧升高、头晕头痛、四肢发麻等症状

有何危害

作为解毒器官，猪肝会残留一些带有毒性物质的血液和胆汁，甚至可能藏有寄生虫，如果烹饪时处理不当，很容易导致感染

制图 郭可馨

肾上腺，它位于猪肾脏上方，里面含有多种激素，就像是猪体内的小小“能量库”，可以帮助猪在遇到危险或者紧张时，给身体提供更多能量，让猪能够跑得更快或者更有力量。但如果人们误食猪“小腰子”，就可能在短短几分钟内出现血压急剧升高、头晕头痛、四肢发麻等症状。

事实上，不仅是猪“小腰子”和猪肝，大部分动物内脏都含有很高的嘌呤、胆固醇。长期过量摄入这些成分，可能会诱发痛风、动脉硬化、高脂血症等疾病。因此，从营养和安全的角度考虑，我们在享受美食的同时，也要注意适量，确保饮食的均衡与健康。

华西都市报-封面新闻

记者 马晓玉

综合人民网科普 新华社