

作者：张祎 来源：新华网 发布时间：2009-4-10 10:34:57

小字号

中字号

大字号

研究称：食物加速新陈代谢 培根三明治能解酒



英国科学家发现，食物能加速身体新陈代谢，帮助人们减轻酒醉痛苦。其中，培根三明治作用尤其显著。

食物解酒

英国《每日电讯报》4月8日援引纽卡斯尔大学生命中心研究人员埃琳·罗伯茨的话说：“面包中碳水化合物含量较高，培根中则富含蛋白质。这两种物质会分解为人体所需的氨基酸。所以酒后吃面包和培根会感觉舒服一些。”

罗伯茨解释说：“大量饮酒会减少体内的神经递质。但培根含有大量可促进神经递质增加的氨基酸，帮助人头脑清醒。”

“食物不能吸收酒精，但能提高新陈代谢速率，有助于缓解酒醉后的症状，”她说，“所以食物能让人感觉好一些。”

罗伯茨建议，如果培根三明治无效，就睡一觉，喝点水，吃些含脂肪较多、令人心情愉快的食物。

美味培根

研究人员还发现，培根的美味来自其中氨基酸和还原糖的相互作用。

罗伯茨说：“氨基酸和还原糖温度超过150摄氏度时就会发生美拉德反应，释放出大量诱人香气。我认识三名素食主义者因为无法抗拒这种香味打破素食禁忌。”

“三明治是一种好吃的快餐，其中更发生着复杂的化学反应，”她说，这些反应释放出数百种味道，令人回味无穷。

她说：“闻到的和吃到的味道密切相关，如果我们闻不到，东西吃到嘴里的味道也会不同。”

罗伯茨说：“肉的主要成分是蛋白质和水。蛋白质由氨基酸构成。但我们也需要一些脂肪。任何曾节食减肥的人都知道，如果我们把肉里的脂肪都去掉，肉的味道也就不同了。我们需要脂肪给肉加点

味。”

千奇百怪

为减轻醉酒的痛苦，世界各地的人们想尽各种办法。食物解酒的方法更是千奇百怪。

一种名为“小牛丸”的解酒“妙方”曾颇受人们青睐。这种汤的配料包括生鸡蛋、辣酱油、盐和胡椒。若想解酒必须一口喝下，还得保证不弄破蛋黄。

罗马尼亚人认为牛肚是解酒妙药。他们把牛肚和奶油、大蒜醋和根茎蔬菜咸汤一起煮。一些人认为，这种汤的解酒原理在于：人们一想到醉酒后要喝下这么恶心的汤，就不会多喝酒了。

去酒会前，古罗马人早餐会吃羊肺和猫头鹰蛋，古希腊人则吃炸金丝雀，波多黎各人会在腋下涂抹柠檬汁，防患于未然。

更多阅读

[英国《每日电讯报》报道原文（英文）](#)

发E-mail给：



[打印](#) | [评论](#) | [论坛](#) | [博客](#)

读后感言：

发表评论

相关新闻

青少年素食或危害健康 更易暴饮暴食
NEJM：饮食减肥法殊途同归 少吃东西是关键
美新研究称：孕期饮食影响胎儿性别缺乏科学依据
加研究称：幼儿时饮食直接关系成年后肥胖与否
陈君石院士：我国暂不封杀反式脂肪酸
国际抗癌联合会报告：健康饮食习惯是防癌关键
青少年运动员的饮食
日研究：适量摄取乳制品 患脑溢血几率低三成

一周新闻排行

盘点十大疗效奇特药物 抗忧郁药引发性高潮
PNAS：猫为何有九条命
华中科大学生情侣坠楼真相：男生杀害女友后跳楼
美国15个品牌婴儿奶粉被检出含高氯酸盐
天文学家拍到猎户座双星系统高精度照片
4位华人学者入选HHMI亿元资助
09年全国硕士生入学考试初试合格资格线确定
《遗传学》：一见钟情可能存在并由基因决定