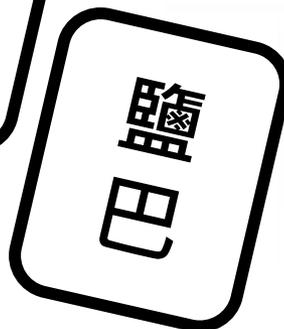
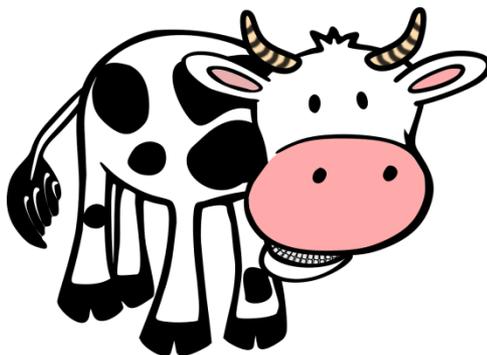
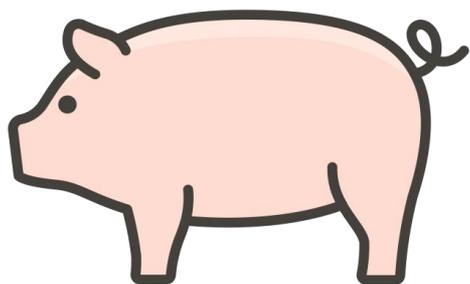


# 主題4：癌魔王的陰謀

宣導重點：認識1級致癌物-亞硝酸鹽

考考你

Q1：從以下食材中，選出【香腸】會含的成份



# 主題4：癌魔王的陰謀

## 宣導重點：認識1級致癌物-亞硝酸鹽

**Ans：**豬肉、砂糖、鹽巴、亞硝酸

補充說明：香腸加亞硝酸鹽的目的，有2種 -

【1.保色】讓豬肉煮熟之後依舊仍維持粉紅色，而不是灰色。

【2.抑菌】因為肉是蛋白質含量豐富的食物，容易滋長「肉毒桿菌」。

而這支細菌會釋放神經毒素，使人中毒死亡。然而當「亞硝酸鹽」遇到「胺類」食物，如：肉、豆腐、海鮮、蛋等有蛋白質含量的，就容易產生致癌物質，甚至被WHO(世界衛生組)認定為1級致癌物。

Q2：想想看，市面上還有那些食物跟香腸一樣，煮過不會變成灰色的，仍然是粉紅色的？

**Ans：**熱狗、火腿、培根、鑫鑫腸、大亨堡(熱狗)、大腸包小腸(香腸)、夏威夷披薩(火腿)、臭臭鍋(鑫鑫腸)

補充說明：以上的食物跟香腸一樣，都會有添加「亞硝酸鹽」，所以在外面選購食物時，記得別選擇它們，另外，培根的油脂含量高，甚至被歸類成跟沙拉油一樣的油脂類。

# 主題4：癌魔王的陰謀

宣導重點：認識1級致癌物-亞硝酸鹽

問問你

Q1：這個是你常吃的早餐嗎？

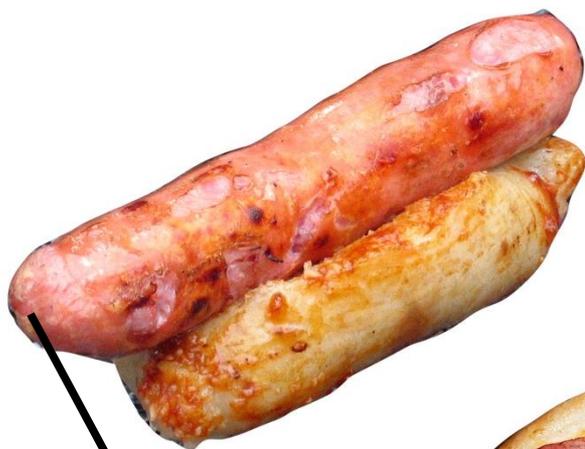


# 主題4：癌魔王的陰謀

## 宣導重點：認識1級致癌物-亞硝酸鹽

問問你

Q2：這些食品也隱藏了有「亞硝酸鹽」的致癌物質喔，你發現了嗎？



香腸



火腿



培根