

# “空气炸锅做的食物会致癌”，是真的吗？

## 专家表示，过度加热才是致癌元凶

### 热搜·关注

如今，空气炸锅凭借操作简单、烹饪低脂成为厨房中的“新晋网红”。但近期，“空气炸锅烹饪的食物会致癌”的说法在网络传播，引发不少人担忧，这种说法是真的吗？

中国农业大学食品科学与营养工程学院教授范志红介绍，食材被加热到一定温度会产生致癌物和疑似致癌物，跟容器没有绝对关联。

专家表示，并不是食用了高温烹饪的食物就会致癌，摄入量低无须担心，但长期食用过度焦黄甚至焦糊的食物，确实会增加致癌风险。

使用空气炸锅如何减少有害物质产生？专家建议，在使用



空气炸锅更适合有点油脂和水分的食物

空气炸锅过程中，提前清理锅内的残渣、选择低于食材推荐的加热温度和时间，都能够减少加热过程中有害物质的产生。此外，食物越焦产生的有害物质越多，

可以通过观察食物的颜色来控制加热时间。在操作空气炸锅过程中，选取合格的硅油纸也是安全使用的关键。

专家表示，目前市面上空气

炸锅的内胆不粘涂层大多为聚四氟乙烯(特氟龙)，这类材料化学性质稳定，耐高温。相关检测数据显示，聚四氟乙烯达到260℃才可能分解产生有害物质。虽然空气炸锅的设定温度通常在200℃以下，但仍要注意避免空锅干烧、长期超温使用。

采用聚四氟乙烯涂层的空气炸锅，其基材通常为铝合金，涂层意外脱落后，铝基材直接暴露。如果继续烹饪pH值呈酸性类食材，如番茄、柠檬等，铝可能会析出并迁移到食物中，长期摄入存在健康风险。

硅油纸是一种由原生纸浆、淋膜层和食品级硅油层构成的食品接触用纸。选购硅油纸时，应选择正规厂家生产的产品，认准执行标准GB 4806.8。一些“三无”硅油纸不光卫生可能不

过关，在空气炸锅等高温环境下使用，氢化三联苯、甲苯、二甲苯等有害物质的析出风险较高，存在严重的食品安全隐患。

此外，有些食物不适合空气炸锅烤制，空气炸锅更适合有点油脂和水分的食物，比如肉类。淀粉含量高的食物容易烤糊，产生有害物质，建议少使用空气炸锅烤制淀粉类食物。蛋、栗子等有外壳的食物不能放入空气炸锅，存在爆裂、致人烫伤的风险。此外，空气炸锅内可使用耐热玻璃和不锈钢器皿，严禁放入普通玻璃和塑料容器。

同时，不要把空气炸锅当成做饭的主力。空气炸锅温度高，没必要经常用空气炸锅高温烹饪食物。平时多使用蒸、煮、炖、凉拌等相对低温的烹调方式。

央视新闻

### 热搜·热榜

## 入职仅一天，公司40多部手机卡被偷

近日，安徽省合肥市公安局蜀山分局连续接到多家公司报警，称不少员工以及企业公用手机的电话卡被偷。其中一家企业负责人汪女士(化姓)回忆：“被偷卡的大部分是公司公用手机，平时连接的都是公用Wi-Fi，所以刚开始我们也没发现。后来越来越多人反映手机用不了，我们才发现不对劲，赶紧报警了。”

警方调查发现，被偷卡的公司大多是运营、培训、直播类企业，因业务需要，配备了大量公用手机，其中一家公司被偷的电话卡超过40张。让人费解的是——小偷为什么只偷卡，不偷手机？民警进一步追查发现，这些手机卡被盗后不久，就向全国各

地密集拨打了大量诈骗电话，至此，真相逐渐浮出水面。小偷的真正目的是利用偷来的手机卡实施诈骗。

经过侦查，嫌疑人陈某某进入警方的视线。陈某某在上述公司均就职过且大多一天就离开了。“他走的时候连招呼都没打，离职第二天我们才发现，确实也是我们疏忽了”汪女士表示，嫌疑人趁着凌晨时分进入公司。

4月14日，办案民警便将嫌疑人陈某某(男，22岁)抓获归案。据陈某某交代，他按照上线指示要求，通过网络平台应聘入职，流窜至多个地市写字楼内公司。在获取进入权限后，他便趁夜间或者员工休息时间，用随身

携带的取卡针盗取公司工作手机内的手机卡，随后出售给上线人员，用于拨打诈骗电话、引流作案。为了掩人耳目，他还购置了一批“废卡”用于替换被偷的电话卡。

目前，陈某某的上线王某也已被警方抓获，案件正在进一步侦办中。

办案民警李警官介绍，近年来，随着群众防范意识的不断增强，使用境外电话作案很容易被识破。这些境外犯罪分子就组织招募境内人员，使用境内的电话号码拨打诈骗电话：“这起案件也给我们提了个醒，一定要看管好个人物品，切勿将手机置于无人看管的状态。” 人民日报

## 苹果换帅，特努斯将任首席执行官

据新华社电 美国苹果公司20日发布公告说，该公司负责硬件工程的高级副总裁约翰·特努斯将从9月1日起接替蒂姆·库克，担任苹果公司首席执行官，库克将转任董事会执行主席。

公告说，库克将在今年夏季继续担任首席执行官，以便完成与特努斯的顺利过渡。作为董事会执行主席，库克将参与一些公司事务，包括与全球各地的决策者接洽。公告还表示，在过去15年担任苹果公司董事会非执行主席的亚瑟·莱文森将从9月1日开始成为首席独立董事。特努斯也将于9月1日加入董事会。

库克1998年加入苹果公司，2011年出任首席执行官，接替不久后去世的公司联合创始人史蒂夫·乔布斯。50岁的特努斯2001年加入苹果公司产品设计团队，2013年成为负责硬件工程的副总裁，2021年成为负责硬件工程的高级副总裁。

特努斯在硬件领域具有



50岁的特努斯

深厚背景，被认为是苹果继续强化设备端用户体验和软硬件一体化的信号。有市场分析机构认为，由特努斯接任首席执行官表明，苹果将把重点放在可折叠手机、智能眼镜、虚拟现实设备和人工智能芯片等新型硬件产品上。美联社评价，宣布特努斯任命的时间点显然经过考虑，在苹果不久前庆祝其成立50周年之后，又在6月的全球开发者大会(WWDC)之前。特努斯面临的巨大挑战将集中在“打造一个更出色的人工智能故事，并且要实现一种更多依赖苹果自身能力的模式”。

## 墨西哥金字塔景区发生枪击 一加拿大游客身亡，枪手自尽

据新华社电 墨西哥首都墨西哥城附近的特奥蒂瓦坎金字塔景区20日发生枪击事件，据执法部门通报，已造成两人死亡、6人受伤。

景区所在墨西哥州的安全部门说，枪击造成两人死亡，其中一人疑似为袭击者。6名伤员中，4人为枪伤，两人为跌倒受伤，均已送往当地医院接受治疗。

据当地媒体援引墨西哥

州安全官员的话报道，一名加拿大女游客身亡，枪手行凶后自杀。

墨西哥政府已经启动跨部门协调机制。民防部门、医疗服务人员等赶赴现场，协助开展救援和伤员转运工作。

墨西哥州安全部门表示，将与相关部门保持协同，在现场持续部署力量并跟进事态发展，同时通过官方渠道及时向公众通报该事件调查进展。

## 8岁男孩爬山称“山下可能有黄金”

### 孩子爸爸：长了大片问荆草已上报相关部门

近日，辽宁大连庄河大营镇附近一座山上，8岁男孩孙典锋与家人爬山挖野菜时，发现大片问荆草和含云母的石块。“爸爸，这座山下有黄金！”听到儿子的话后，孙先生与儿子通过AI智能助手比对验证，结果高度吻合。

为了满足孩子的探索欲，父子俩在不破坏地表的情况下，沿着山脉仔细搜寻，还捡到几块闪着光芒的岩石。经AI助手再次识别，那些亮点正是云母。

“儿子今年8周岁，上小学二年级。”孙先生告诉记者，孙典锋平时对万物充满好奇，特别善于观察。当儿子认出问荆草时，他也很惊讶。孙先生说，孩子没事就爱读书，或刷手机上的科普视频，学习自己感兴趣的知识。

目前，孙先生已将此事上报

给相关部门。至于该地是否有“金矿”，还需等待勘探之后才能给出明确答复。

问荆草是什么，能用来找金矿吗？就此事记者联络了辽宁省地质勘查院王海鹏。王海鹏根据孙先生提供的视频和图片并对其进行辨认后表示，的确是问荆草和云母。但是有问荆草并不一定有金矿，尤其当山体远离已知矿区时，这一种植物更不是唯一的判断依据。

通常情况下，问荆草在重金属富集的地方长得格外茂盛。它一旦占据上风，其他杂草便生长得稀少。因此，若要借助问荆草推断地下是否藏有矿藏，关键要看它是否为优势草种。

王海鹏表示，结合问荆草优势群落、黑云母以及这块硅化褐



8岁男孩爬山时称发现“金矿”

铁矿化岩石，多重线索叠加，判断该地“大概率含金”。当然，最终结论还要等专业单位的化学分析。

央视新闻