

並非所有燕子所築巢窩都可食用

30-03-2021 中國消費者報·中國消費網

作者：孫燕明

北京工商大學食品與健康學院教授李健在接受《中國消費者報》記者採訪時介紹，燕窩是由兩燕科動物金絲燕及多種同屬燕類用唾液與續羽等混合凝結所築成的巢窩，一般直徑 6 至 7 厘米，深 3 至 4 厘米，每盞燕窩重量為 6 至 10 克。

燕窩主要產自印尼、馬來西亞、泰國、越南、菲律賓等東南亞國家。我國燕窩主要產地有廣東肇慶市懷集縣燕岩、雲南紅河州建水縣燕子洞和海南大洲島，但產量極低。

燕窩有多種分類方式。按生產方式可分為洞燕和屋燕。洞燕是指金絲燕在天然山洞、懸崖峭壁上所築巢窩。屋燕是指由棲息在燕屋中的金絲燕所築燕窩。

按燕巢在加工為可食燕窩前的形態，即出產形態，燕窩可分為草燕和毛燕。草燕主要以雜草和雜質為主，外層和邊緣以唾液相聯結，大多被加工成燕碎、燕餅等。毛燕是由於燕窩採摘後，未經過加工或處理，呈現為夾雜一些燕毛的形態。

燕窩按形狀可分為燕盞、燕條、燕絲、燕角、燕餅和燕碎。燕盞是將毛燕經挑毛處理後的完整燕窩。燕條是在挑毛、包裝或運輸過程中，許多完整的燕窩被壓碎後形成粗條塊燕窩。燕絲是工人將挑毛時脫落下來的細條末集中後包裝。燕餅是將燕窩挑毛時脫落的燕碎用食用膠壓製而成。燕角是燕窩黏結在燕板上的兩邊頭尾。燕碎是呈現碎片狀的燕窩，屬於加工過程中脫落的碎片。

李健表示，燕窩按顏色可分為白燕、黃燕和血燕。一般採摘時間較早的燕窩顏色偏白色，屬於自然白，而且白中稍微帶黃，稱之為白燕，又稱官燕；採摘時間較晚的整個燕窩或燕窩大部分顏色較偏黃色，稱之為黃燕；整個燕窩顏色為不均勻的棕紅色或棕黃色，底部顏色較深，中間和邊緣較淺的稱為血燕。

燕窩也可按照採收季節進行分類，2 至 4 月採收的燕窩被稱為頭期燕，5 至 10 月採收的燕窩被稱為二期燕、三期燕。

浙江大學公共衛生學院博士後奚宇在接受《中國消費者報》記者採訪時表示，並非所有燕子所築巢窩都是可食用的燕窩，可用於築造食用燕窩的金絲燕種類有爪哇金絲燕、白腹金絲燕、穴金絲燕、小灰腰金絲燕、印度金絲燕、短嘴金絲燕及大金絲燕等。此外，雨燕科雨燕屬的白腰雨燕築造的燕窩也可供人類食用。

責任編輯：倪敏