

消費提示：你家的砧板還能用嗎

四川消委會

2024-07-04

四川省消委會建議消費者在選購砧板注意以下幾點：

01 竹、木砧板要望和聞，整竹≠不拼接



竹、木砧板的優點是比較有韌性。這類菜板分為原木（整竹）和拼接型兩類。建議首選原木（整竹），購買時“看”清楚是否正規廠家的產品，生產廠家、廠址、產品型號、生產日期、執行標準等資訊是否完整。要“聞”一下砧板，好的砧板通常只有原木或竹子的清香味，沒有異味，如有異味可能是經過硫磺漂白操作或採用劣質膠水拼接而成，不要購買。

需要注意的是，從此次比較試驗的砧板切開情況可以看出，市場上宣傳的整竹砧板實際是表面一層為整竹展平製成，其內部填充物依然為拼接的木塊或竹塊，而宣傳的零膠水、零拼接，也是指表面零膠水、表面整竹，其內部和端面還是需要用膠水拼接。由於砧板內部情況普通消費者無法識

別，其填充物質量也是難以保證的，因此使用此類砧板時需要特別注意，如砧板表面發生破損，應當儘快更換，避免影響健康。

02 塑膠砧板會不會產生塑膠顆粒，接觸食物安全嗎？



塑膠砧板份量輕，攜帶方便，與實木材料比不容易滋生細菌。但很多人擔心塑膠砧板在切剝過程中會出現塑膠微粒，吃進去危害健康。也有報導稱，塑膠砧板不適合切熟食和熱食，擔心菜板受熱時會產生有害物質，但其實，塑膠砧板的主要成分是聚乙烯、聚丙烯等，一般要達到 100°C 以上才會出現變性，產生有害物質，平日裡只要不將鍋中燙煮後的食物馬上放在菜板上，不必擔心。購買塑膠砧板要注意看和用手摸，最好選擇色彩半透明且均勻、無雜質、無刺激性氣味的。

03 市場上的新式砧板如何選擇？



市場上有一類鋼化玻璃、不銹鋼砧板，便於清理，可用洗滌劑和清水直接沖洗，且不會滲水吸油，不易滋生霉菌，受到很多新生兒家長的歡迎。不過，此類砧板硬度極高，刀具切割時會有不悅耳的異響，而且比較傷刀具，因此只適合切一些蔬果麵包，要避免剁砍操作。

還有一類稻殼、植物纖維做的砧板，其屬於塑膠砧板的一種，是將植物纖維在高溫高壓下與塑膠材質混合製成，具備高密度、不吸水的特點。正常的切剁力度留不下痕跡，不會導致藏汙納垢，衍生各種細菌。它不吸水的特性也可以防止霉菌生長，經久耐用。

04 砧板使用注意什麼？



無論哪種砧板，用完後均需去除污垢、清洗乾淨後置於通風陰涼處，豎立放置或懸掛晾乾，避免暴曬。每週在砧板表面適當撒一層鹽，能夠起到一定殺菌作用。

儘量不要用清潔劑清洗木制和竹制砧板，以防滲入其中，致使食材沾染串味，長期導致發黴。若砧板出現較大裂痕或呈現黑點時，應及時丟棄。

新購買的木質砧板包裝被打開後，建議剛買回來時用濃鹽水浸泡1天，晾乾後在表面塗抹適量食用油，以防止開裂延長使用壽命。