

小心毒膳欺身

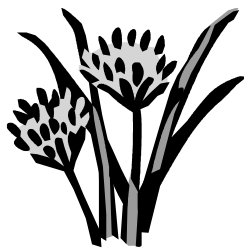


王友平

據傳，美國生活科學網曾經評出過十大居家有毒花卉，依次是柴藤、毛地黃、八仙花、山谷百合、花燭、菊花、夾竹桃、小葉橡膠樹、杜鵑花、水仙花。其共同特點是外表誘人，但內蘊毒性。當然，我今天要講的不是美麗的可怕，而是想請各位看官小心毒膳欺身。這毒可以來自通常不上餐桌的花卉，也可能來自經常出入廚房的原料。盼望您聽了本人收集的這篇“毒”話，可以減少打911和去急診室。

“五毒俱全”

故事要從我們山西老家的傳統說起。在寒冷而充滿喜慶的春節那幾天，全家人圍著一個火鍋或砂鍋而坐。鍋中有預先煮好的香噴噴的豬肉和肉湯（那時候窮人家不會用原湯，按貧窮程度添加清水，但比沒有肉湯好多了），然後白菜、紅白蘿蔔、粉條、豆腐（有時還有油炸豆腐）燴於其中，加幾片薑，些許蔥段，有條件的再扔點肉丸子和黃花木耳，嘿，吃起來別提多香、多暖和、多麼有家庭的氣氛。這就叫大燴菜。有點像廣東的煲吧。在預先燉肉的時候，少不了八角大茴、花椒、小茴



香、桂皮、丁香各種調料，或曰各種中草藥，以保證味美又促進健康。當然，大燴菜也並非僅僅在過年時候才能吃，一年四季均可端上飯桌，但因可以吃得人全身暖和，夏天就不受歡迎。大概因為我從小吃這道傳統菜長大，所以大燴菜也就燴到了美國。

話說2007年冬天的某個晚上，吃過燴菜後約半小時，我突然感到全身發熱、頭腦發脹、眼冒金花，很像我血壓升高時的感覺。趕快量量血壓。150/98 mmHg。嗯，的確有點高，先躺一躺吧。可是躺下仍感難受。虛汗淋漓、肢體無力、輾轉反側，怎麼都不舒服。突然陣陣噁心伴隨後急襲來，我連滾帶爬沖到洗手間。下面先開門。待後面不急了上面卻更緊張。終於一個翻箱倒櫃，把剛才那頓香味撲鼻的大燴菜變成一堆酸菜倒進了馬桶。好在我立時全身輕鬆，站起來，漱口擦臉，好像什麼事都沒發生過一樣。我以為是某種原因導致了一過性血壓升高，所以不做多想，早早睡覺去了。

次日，我將頭天剩下的燴菜裝了一飯盒，帶到公司當午飯，留下一半給老父親。吃完午飯後約半小時，全身發熱、頭腦發脹、眼冒金花又來了。“糟糕，這是食物中毒。因為昨晚和今天吃的是同樣的飯，又有同樣的癥狀。”我忍住噁心，先驅車往家趕，一路上多少有點像坐在小飛機上，忽忽悠悠，但因想到：“老爺子一個人在家，萬一也中毒了如何是好”就顧不得許多了。撞進家來，先蹲在馬桶前吐了個天翻地覆，然後跟著眼前的星星爬上樓。當我看見老爺子閉目側臥在床時，還真有點心虛。搖動他老人家的肩膀，他靜靜地問我為何中午回家，我才長吐一口氣。我如此這般地一通描述，然後問他昨晚至今有何異常感受，他說一切都正常，好得不能再好了，並且反過來要我考慮是否感冒了。不管我父親是否同意我的食物中毒的判斷，也不管他一再強調肉是兩天前剛剛燉的，我還是把冰箱中仍未吃完的用來製作大燴菜的肉和肉湯一股腦全倒了。我懷疑是煮熟的肉在冰箱中留置太久的問題。

事有再一再二，不會再三再四吧。咱總不



能因噎廢食吧。於是再起新鍋，重新燉肉，三天後又一碗燴菜下肚。誰知故態萌發，又一通吐瀉。我這人有時也真是倔，竟敢拿自己的命和燴菜叫陣。再喫一頓，不信找不出原因！我這一次除了肉湯，只下蘿蔔白菜，其餘什麼豆腐、粉條、黃花、木耳一概不放，誰知還是被摺倒了，癥狀完全一樣。

嗨，這也太邪門了吧。我痛定思痛，有如福爾摩斯破案，把做飯的每一步仔細過篩子，問題還是指向了肉湯。我突然想到，曾經聽說過假八角中毒的事，而我們家燉肉時八角又放的特別多。於是我立即上網查找真假八角的鑒別和了解假八角中毒的表現。您別說，這網路還真好使，我的癥狀簡直就是按教科書描述的標準複製出來的。唯一叫我不能解釋的是，我們家其他人都食之無事，就我一人一次次地慷慨就義。還是夫人聰明，她說因為我的肝臟不好，解毒功能差，所以面對邪毒，無法使出化毒大法。

找出了原因，立即緝拿兇手。倒出我家的八角一看——假的！氣得我直接把一瓶假貨倒進了室外的大垃圾筒，關緊門窗，生怕它溜進廚房跳回鍋裏。此後的幾周內，我不論到了誰家，都跟著魔似的，直奔人家廚櫃，連連喊叫：“把你家的八角拿來叫我看看。”

暫時沒有了八角，燉肉燴菜卻不能不吃。可是，後來的某一天，吃過燴菜後約一小時，又出現了腹痛下瀉和噁心嘔吐。不過這次不能一吐為快，而是斷斷續續吐了好幾次，每次都令我熱切盼望以前的一了百了的“爽快”。更與以往不同的是，這次可不是我一個人獨吃毒食，而是全家陸陸續續都出現吐瀉。典型的食物中毒！怎麼回事兒？這次和八角無關啊。於是把那天吃的每樣東西都逐個揪出來審問，每一樣原料都申明它們自己是清白的，最後我懷疑到“蒜苗”時，發現原來下到鍋裡的不是蒜苗，是水仙花！

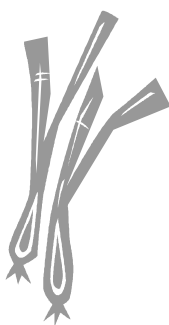
“毒有情中”

短短一個月，我“五毒俱全”，好在上帝

還要我提醒別人休得以為人可以“毒往毒來”，所以才沒有批准我上天堂，使我有機會在這裡講“毒”話，免得別人不小心抄襲了我“毒家飽倒”的經歷。

下面，讓我們先多了解一點“毒有情中”的水仙花。

水仙花別名天蔥、雅蒜，屬石蒜科，因其自然狀態下在冬末春初綻放黃白兩色相間的素花，被視為春的使者。又因其能年復一年的開放被有些人稱其為長壽花。雖然有中醫藥書籍介紹說水仙根莖味苦微辛，可祛風除熱、活血調經、消癰腫、解風濕、化瘰癧、除疣痣，但就我所知，極少有人使用。不過，現代藥理研究發現，水仙內含的秋水仙鹼的確是一種抗痛風和抗腫瘤的有效化學成分，目前有許多病人以此類藥物與疾病搏鬥，只是殺敵一千，自傷數百，副作用很大，必須在專科醫生指導下使用。



水仙花的起頭有一個古老的故事。傳說堯帝晚年想物色一個滿意的繼承人。他看到舜是個德才超群的大賢人，於是，就把帝位禪讓給了舜，並將女兒娥皇、女英二人同時嫁給舜。姊姊為后，妹妹為妃，三人感情甚好。舜在南巡崩駕，皇英雙雙淚灑湘江，姊妹齊齊殉情九嶷，隨有香淚染出湘妃斑竹彰顯至情到如今，又有嬌魂化為江邊水仙流傳至愛漫九州。正因為傳說中純潔賢惠的美女成了臘月水仙的花神，所以人們都視亭亭玉立的水仙花為冰晶玉潔的處女，以其清馨氣味作為至純愛情的象徵。

然而，另一個不太為人們所知的傳說卻言：堯帝寵愛正房女皇所生的長子丹朱，並定下將來的皇位非丹朱莫屬。因丹朱頑凶，娥皇、女英和另外九個庶出的兄弟深恐丹朱上臺後自己難逃噩運。恰逢堯為了拉攏舜的部落，把兩個女兒娥皇、女英嫁給了舜（這大概是中國史上政治“和親”的最早由來）。最初，年

輕的舜是膽戰心驚地被迫接受這來自於強大的堯的親生女兒為妻妾，明知二女懷窺探本部落實力的惡毒使命，卻不敢不接受。而娥皇、女英也是心緒複雜，滋味難辨，她們表面懷父王命令而行，內裡卻要考察舜能否與她們結成統一戰線，以保她們的利益。經過一番明察暗訪，她們變得對貌奇、體魁、能幹、會耕、會漁、會製陶器，又孝順父母，處事公正，甚得部落百姓愛戴的舜情有獨鐘。當她們發現舜父頑，舜母嚮，舜弟劣，多次欲置舜於死地時，二女兩次幫舜脫險。此後，趁著堯派他的九個庶出的兒子，假借探望娥皇、女英之名，實為伺機顛覆舜的勢力的機會，“毒有情中”的皇英二人，勸舜和九男結成了統一戰線，穩住了舜的大權。待堯73歲傳位於丹朱之時，三外九裡聯袂政變，一擊得手，囚禁了堯和丹朱，舜被“禪讓”登上了帝位。這說法也就是後現代的今天才會從網上冒出，有幾分可信不得而知，但是，水仙並非那麼“良善”，的確有毒，卻是可考的。

水仙全株有毒。球根是花的鱗莖，外形頗像大蒜、洋蔥，毒性最強。莖葉外形類似蒜苗，毒性次之。花有毒，花粉亦有毒，對咽喉刺激很大，所以不建議你近花聞香。水仙的毒性主要來自於該植物的白色汁液，內含石蒜鹼，或曰秋水仙鹼。皮膚沾染了汁液應盡快洗去，免得紅腫。更不要弄到眼睛裡或嘴裡，因為粘膜更容易吸收毒素。每天換掉的養花水，據說也含有毒素，直接倒掉，不要移做它用。當人將根、莖、葉誤食下去後（花太嬌媚，一般人舍不得用來磨牙），早期會出現胃腸道為主的癱瘓，噁心、嘔吐、腹部不適、絞痛、腹瀉；嚴重的可能導致血水便、水電解質紊亂、代謝性酸中毒。嚴重者有高熱、全身尤其是腓腸肌痛、關節痛、發紺、瞳孔散大、多發性神經炎及肌群顫動，廣泛血管損害，可致休克和腎臟損害而出現血尿、少尿。中毒者始終神志清醒，可是明明白白地知道“毒有情中”而死於全身衰竭還是大不值。

漂亮殺手

當然，像我那樣把愛美和貪吃混到一起，把水仙和蒜苗比鄰而種的傻子終究在世上不多見，但做飯用八角的人卻非常普遍。所以，讓我們接著來談談識別真假八角。

一、醜陋的寶貝 —— 真八角：

八角又名大料、八角茴香、大茴香、大八角、八角香、八角大茴、舶茴香、茴香八角珠、八月珠、原油茴，為木蘭科植物，拉丁學名 *Illicium verum* Hook Fructus *Anisi Stellati*，英文名 *Star Anise Fruit*。八角樹是一種高10~14米的常綠喬木，集中生長在中國的福建、廣東、廣西、雲南、貴州、臺灣等地，在秋8~9月和2~3月間採摘乾燥成熟果實，置沸水中略燙後乾燥或直接乾燥後使用。以氣芳香、味辛、甜。個大、色紅、油多、香濃者為佳品。

成熟的真八角為紅棕色，有一彎曲向上的蒂柄，連接著直徑約2.5~3厘米的星狀體，多由8個大小一樣的瓣角組成，所以才叫八角嗎。當然也有少數是6~13個，個別的會有某一個瓣角小於其它，這就使我們的鑒別不能僅僅數角角。不過，這種不是8個大小一樣的瓣角組成的異類在一堆八角中應該極少。如果一堆八角，一瞥之下，你覺得它們千奇百怪，或多為11~12只瓣角，那極可能是一堆假八角。

真八角的每個瓣角都是一個蓇葖果，形如小艇，長5~20毫米，高5~10毫米，寬約5毫米；瓣角頂端呈鳥喙狀但鈍而平直；瓣角上緣開裂，內表面淡棕色、平滑、有光澤，包裹扁卵圓形種子一粒，約7x4x2毫米大小，紅棕色或黃棕色，光亮；瓣壁純厚，背外表面粗糙有不規則皺縮紋使其顯得疙疙瘩瘩不好看，但真八角一身是寶。

八角含5-8%揮發油，22%脂肪油及蛋白質、樹脂等。油脂中含茴香醚、黃樟醚、茴香醛、茴香酮、水芹烯等化學成分。在其它非油脂部分還含有小量的β-谷甾醇、維生素E、



胡蘿蔔苷和莽草酸。大約95%的八角被用廣泛地應用在香料工業和食品加工工業領域，5%用來作為中藥。傳統中醫認為八角味辛甘，性溫，歸肝、腎、脾、胃經，有溫陽散寒、理氣止痛、健脾止咳功能，主要用於治療寒疝腹痛、脘腹冷痛、腎虛腰痛、胃寒嘔吐、神經衰弱、消化不良、疥癬等癥。通常以每日量3~6g煎湯，或入丸、散。不過，陰虛火旺者需慎服，陽旺及得熱則嘔者戒用。也就是說，當您有熱癥時，例如感染發燒，最好別吃任何含辛辣調料（如八角）的火鍋。

現代醫藥研究發現，八角可以抑制細菌、升高白細胞、有鎮痛等功能。幾年前，瑞士一家制藥公司通過12道生產工序，可以從30公斤

八角中提取出1公斤莽草酸，繼而經莽草酸製成新型抗流感藥物“達菲”，使得八角的用途有了新的前景，立時身價翻番上揚，更加供不應求。為此，該公司與德國一家生物技術中心合作，通過用超量葡萄糖餵養某類型大腸桿菌進而收集細菌釋放的莽草酸的工藝來生產“達菲”。然而，因為直接從八角中提煉生產“達菲”相對容易且造價低，該公司的莽草酸仍有三分之二直接取自八角茴香。然而，專家警告說，直接喫八角不能預防流感，將八角煮成湯喝也不能抗擊禽流感。反倒是過量食用會引起中毒導致死亡。

據上所述，平時燉肉煲湯，加幾瓣或一兩個八角，既遮腥增味，又暖脾胃強腰腎，自是好處多多。可嘆人心貪婪，偏要把好事往壞裡辦。這不，八角既然值錢了，就有冷酷的不法分子要靠這熱果發黑心財。於是近年市場上就出來了許多假八角。也不知多少人因此無辜受害，我是萬幸中不幸的一個。為了諸位不要再被毒化，我們來看一看假八角的特點。

二、兩種漂亮騙錢者

八角茴香的同科同屬不同種植物的果實統稱為假八角，其中有兩種的長相比真八角漂亮一些，就是紅茴香和地楓皮。

紅茴香，果實整體精巧苗條，紅棕色或紅

褐色的7-8個瓣角組成聚合果。背部平滑，每個瓣角前端尖而向上彎曲。果皮較薄，黃褐色。紅茴香聞起來氣味弱而具有特異香氣。嘗一下，給人的感覺是先微酸而後略甜，有小毒。

地楓皮的長相也相當瀟灑流暢，10-13個淡紅色或紅棕色的瓣角構成聚合果，果皮纖薄，外表整齊，單瓣。果實前端長而尖並向內彎曲成非常銳利的鉤狀，叫人想起女子的長指甲。聞其有微弱的松脂般香氣，嚼來滋味平淡伴隨麻舌感。有毒。

三、粗野殺手三兄弟

短柱八角反其名而俱較大果形，10-14個瓣角呈放射狀排列成聚合果，每個果瓣前端極尖但不彎曲。果皮較厚，背部粗糙皺縮，棕褐色。氣微、味微苦、久嘗感唇舌麻辣，有毒。

大八角也叫大八香、野八角、神仙果等，由10-14個大小不均勻的瓣角枚組成聚合果，呈棕灰色或灰褐色，果實皮薄，單瓣果實的前端長而漸尖，背部平滑，果柄略彎曲，氣味滋味均弱而有異香，細嚼有麻舌感，毒性大。

最可怕的假八角是莽草子，也稱藥八角、野八角、山大茴、狹葉茴香等。其果實外表面紅棕色，由10-13個瘦長而大小不一的瓣角放射狀聚合而成，果柄常脫落，整個聚合果直徑常小於約2.5厘米。瓣角果皮較薄，呈扁平錐形，前端有一較長而向後彎曲的尖鉤如鷹嘴，表皮背部皺縮。莽草具有類似樟香或松葉的樹膠樣特異香氣，味稍淡微苦、久嘗麻舌，毒性大。

如果經上述對比您仍沒有把握，有人建議把八角打碎成粉，取少許，加4倍水，煮沸30分鐘，過濾後加熱濃縮。

真八角茴香溶液成棕黃色，假貨為淺黃色。問題是沒有標準做對比時，何為棕黃淺黃？還是分不清？看來，只好不吃八角了。

