(ƒ–•(º˚ `( ( ˝<˚ ‡, „–˝? ˘ ˝( º˛ <( œ˛( C ˝<˚ ‡( ¨( ( •(¶(? ˘ ¡( ˘( º˝£˘ ˚˝<˚ ‡»Æ˝ ••(? †/† ˛( º¶„, fl˝<˚ ‡ †»( ß, ˘˛ ( ˚(? …ƒ( (( º¶„‰<˝<˚ ‡†»˘ß»fl? »˘„˘( º˛ ( ˝( ˚ `˝<˚ ‡»Æ((˘(˛ <(œ˛(C ˛ (˚(? (·¿·¿·——

营养专家戳破六大食物相克谣言

(º¶(`( ·«( ı„ª( ˜(ƒ–•( º˚ `
((、 ˘ ˝(º˛ <(œ˛(C、 ˘ ¡(˘(º˝£
˘˚、 †/† ˛(º¶„, fl、 …ƒ(((º¶„
‰<、 »˘„˘(º˛ <(˝(˚ `( ( `∅·(˚ ‡˛(
˘(¿˛(˜·«((, (˝(‡¿˘(¤…((‡(
˜˜‰(。

(¤…(¨˘˛ ˝(»—'¨ ˛((‡(`˛˛∅
˛‰(˜ “˘(¿˛ ˚‡˛(” ˝(˘ •˚(‡(˘(
((((†»˚ ˚, ((˝¤‡£˚ ˙((((…(‰(
–((>((、 ˚‡˛(–(((–¶(、 ˚‡˛(
–((˚(˘((˛(((˘((˜, (º˚‡˛(˘(
¿˛˛(„(。

1 (ƒ–•(º˚ `(
·«((: (ƒ–•(º˚ `(((∅˛ ˝˝fi
–(, ˝<˚ ‡˝((>•·(ƒ»Æ((‡(((
˝·、 ,„–˝。

(¤…(: –•˘(˚ ˙, ((ˆ^(–(˚ ‡
˛(, »„¿(˘(˙–†((–˛¢(œ˛(, ((
(•¢‡ƒ˛, †»˚ ˚、 ,„–˝、 „(ˆ(
(˙。 ¿(((˛((ƒ–•–(((˝˚ ˙(»
((†»(«˘(((“…((ƒ” (˜˚ ‡˛(,
(˝‡((ˆ˚ ˚ ˙¿, ‡ƒ˛, –∅˙ı¶(–•˘(
„(ˆ((˜˘ ˛, ((˝–(ˆ(。

(¤…(‡˘, (–, (•¤˘ ˘˛ ˝, ˚ ˙ ((
(–˝ <(–˚ ˙‰˝•(, ((˛, ˛ Æ¿(†œ(œ
˜(„(¶‡±‡˙((, » „˝ <(–(»(¿(˘(
–(˙(˙ †…˙ ˙˝((•(˙ (˛ ·‡(˙(˙ ˙((
(–˝ <˙ ¿˛ ( ) , ((˛ ˛ Æ((ˆ˘˘ ˝ (˚º((
((˚‰Æ˝˘, ˜(‡((»((†»˘(((˛ fi
(˜(•˛ Æ(((¶‡±‡˙((((˛ ˛ ˜(˛ ((
•¢˛ ˛˝·。 ˛∅(((–(˜˘ ˛ ˝<˚ ‡(ƒ–•
˝˚ ˙(((†˘»˛((ƒ, ¶‡(–(˜˘ ˛ ‡(
˘((–(»((˘ ·»Æ˛ „–˝, ((º˛ (˙ ˛
(((˙˝˚ ˚ ª˘º ¿(–˝(·(„(˘(˛
(˚ ‰Æ˝˘, ˜(‡((»((†»˘(((˛ fi
(˜(•˛ Æ(((¶‡±‡˙((((˛ ˛ ˜(˛ ((
•¢˛ ˛˝·。 ˛∅(((–(˜˘ ˛ ˝<˚ ‡(ƒ–•
˝˚ ˙(((†˘»˛((ƒ, ¶‡(–(˜˘ ˛ ‡(
˘((–(»((˘ ·»Æ˛ „–˝, ((º˛ (˙ ˛
(((˙˝