

吃得 苦中苦

吃到苦味會令人覺得噁心想吐，究竟苦味是怎麼來的？苦的味道對人體是有害的嗎？其實有些苦的成分反而能治病，讓我們一起來認識苦味。

撰文／高憲章



近年來常可以看到許多的藝人或模特兒，在螢光幕前得意的分享別具特色的指甲彩繪，現在愈來愈多人喜歡替自己雙手的指甲變身，設計各種別出心裁的圖案與顏色，吃東西時還會特別小心別把畫得漂漂亮亮的指甲給咬壞，但是要是吃炸雞時忍不住把手指放進嘴裡吸吮，這時就會吃到苦苦的味道了，難道是吃到溶劑了？

塗指甲油時會聞到濃濃的溶劑氣味，其實是因為含有乙酸乙酯的成分而有刺鼻味，不過吃到苦苦的滋味其實並不是這個成分造成

的，而是另一種特別添加避免誤食的化學添加劑——苦味劑。

為了避免人們誤食生活中的許多物品，科學家發明了一種添加物，有什麼東西不想讓人放進嘴巴吃下去的時候，就會添加一些，它的味道會激發人類最原始的厭惡本能，讓人自然而然的想要吐出來，不會吞下去，比方說指甲油、洗車精、洗衣精這些東西，製造廠商都會加入這種添加劑，這種添加劑苦味可是相當重，只要沾到一點就會感覺相當的苦而趕緊從嘴裡吐出來呢！

繪圖：曾建華

保命的苦味

苦味是人體舌頭上的其中一種味覺，我們能很快的嘗出各種味道，其中在酸、甜、苦、鹹、鮮這五種味覺中，鹹味最快能感覺到，苦味反而是慢一些的，不過我們對苦味的感覺是其中最靈敏的，只要放進嘴巴的東西含有一丁點兒苦，我們就能夠察覺出來。會造成苦味的化合物很多，不過一般分為二種，一種是含有氮的長鏈有機化合物，另外一種則是生物鹼，其中生物鹼這類的化合物（例如奎寧、尼古丁、嗎啡……等），很常被拿來做成藥物，許多劇毒植物中的毒素也屬於生物鹼，所以人體對苦味的感測能力這麼敏感，就是因為我們的身體要透過這個機制保護生命，避免誤食劇毒的食物。不過，也不是所有苦的東西都有毒，所以不要拿這個當藉口挑食喔！很多我們常吃的食物雖然帶有苦味，如苦瓜、黃蓮、原味的巧克力、咖啡、啤酒、高荳等等，絕大部分對身體都是有益的喔！

苦味的標準

同樣是有苦味的東西，有的超級苦，有的一點點苦，苦味是不是應該要有個標準？科學家們以奎寧這個化合物的苦味做為基準，奎寧一開始是從南美洲的金雞納樹發現的，經過幾百年前的傳播，到後來能夠人工合成，人類終於不用再大量砍伐金雞納樹，也可以得到奎寧來對付瘧疾。雖然現在部分地

區的瘧疾原蟲已經對奎寧產生抗藥性，不過奎寧仍舊是基礎醫療的重要化學品。

說來說去，做為藥物的奎寧，沒生病好像就沒什麼機會碰到，所以雖然說奎寧是苦味的基準，如果想嘗嘗看奎寧，要去哪兒找呢？到超市或大賣場找通寧水（Tonic water），就能嘗到奎寧了，以前通寧水只是用碳酸水和奎寧混合而成，發給外派前往熱帶地區的士兵帶著以治療瘧疾，可是因為太苦了，所以士兵們發明了把通寧水跟琴酒混合在一起喝的方法，反而變成現在很熱門的雞尾酒——琴通寧。（未成年的小朋友不可以喝酒，也要提醒長輩喝酒不開車喔！）

經典調酒

琴通寧 (GIN TONIC)

在酒杯中放入冰塊，倒入琴酒，傾斜杯口後沿著杯壁加入冰的通寧水，擠一點點兒檸檬汁後把薄荷葉丟進去，不用攪拌就是電影裡常看到的雞尾酒——琴通寧。



▲琴通寧是在電影中常出現的雞尾酒。