

月饼里加黄精、石斛 多家中医院推出药膳月饼



宁波市中医院今年推出的“地合”款药膳月饼。

中秋将至，月饼的热度也随之攀升。记者发现，今年，包括浙江省宁波市中医院、江苏省南通市中医院、重庆市中医药学院附属江津医院等多家中医医院都推出了药膳月饼，将“药食同源”的养生理念与传统民俗相融合，赋予了月饼新的文化内涵和特色。

药膳月饼，顾名思义，即在月饼中加入了药食同源中药成分的月饼。南通市中医院营养科副主任李伟向记者介绍，这些月饼通常包含一些药食两用的中药材，比如人参、茯苓、陈皮、桑葚、百合、赤小豆、红枣、薏苡仁等，旨在提供“养生”功效。

据了解，这些药膳月饼中，除了有加入核桃仁、黑芝麻等的核桃月饼，还有加入鲜玫瑰花、山药、紫薯、桂花等的玫瑰

月饼，更是有的一些“非常规款式”：比如，南通市中医院今年推出的“八珍月饼”，加入了山药、莲子、薏米、芡实、茯苓、白扁豆等，“杞精月饼”配料包含了枸杞、黄精等；宁波市中医院的“地合”款药膳月饼包含茯苓、绞股蓝、鸡内金等，“人合”款药膳月饼则加入了酸枣仁、石斛、百合等中药材。

宁波市中医院副院长陈宁刚向记者介绍，医院专家组通过与月饼研发部门的密切合作，按照制作药膳的思路，将中药与食物按照一定原则进行组方，取药物之性、用食物之味，反复调试，才最终确定了中药材的添加种类及组合、添加量，以达到整体风味和保健效果的

平衡。

如今，“药食同源”种类越来越丰富。8月26日，国家卫生健康委员会、国家市场监督管理总局发布《关于地黄等4种按照传统既是食品又是中药材的物质的公告》，新增地黄、麦冬、天冬、化橘红等4种物质。在此之前，国家共发布了三批次既是食品又是中药材名单，加上本次发布的4种，最新的既是食品又是中药材名单已达到106种。

“这也表明，‘药食同源’在当今愈发受到关注，群众也对中医养生的理念愈发青睐。我们希望，通过‘中药材+月饼’的这种创新结合，能够吸引、激发大家对中医养生文化的兴趣，为百姓健康提供助力。”李伟表示。

除了添加中药材“做加法”，药膳月饼区别于传统月饼的地方还在于“做减法”。李伟告诉记者，南通市中医院的六款药膳月饼，最大程度地做到了无糖低油低脂，单个月饼热量相较于市面上普通月饼减少了将近一半。陈宁刚也表示，宁波市中医院的药膳月饼，相较于市面上的传统月饼，含糖量大降低。

“不过，虽然药膳月饼本身是严格按照药膳的思路进行研发，但由于其本身作为时令产品，有高油高糖的特点，一般都是作为尝鲜食用，因此，相比于切实的保健效果，我们更希望通过用传统中医理念融入月饼这种文化载体的方式，让大家对我们的中医文化有更多的兴趣和了解。”陈宁刚表示。（杨博文/图）



市民在夜市上品尝南通市中医院的药膳月饼。

35元一个，中药月饼走红，没苦硬吃？

继中药茶饮、中药面包、中药冰淇淋之后，今年中秋，中药的风刮向月饼——铁皮石斛、西洋参、陈皮等中药材成为馅料的一部分。中药月饼价格如何？哪些品牌在卖？

“一天120盒不够卖”

中药月饼也被称为“药食同源月饼”“药膳月饼”“草本月饼”。

在北京同仁堂知嘛健康线下门店，进门位置和店内多处摆放着“五方月圆同满愿”月饼礼盒，内含9枚月饼，6种口味，包括五仁枸杞人参月饼、玫瑰西洋参当归月饼、椰香百合山药月饼、南瓜蛋黄党参黄芪月饼、青提茉莉铁皮石斛月饼、五黑陈皮咖啡流心月饼。

上述月饼礼盒售价318元/盒，算起来约合35元一枚，其中五仁枸杞人参月饼重200克，其他月饼均80克。

据店内工作人员介绍，该月饼礼盒大概20天前推出，预计将卖到9月中旬。店里大概还有20盒，每天能卖五到十盒，以送礼居多。

上述工作人员称，月饼中添加的药材均来自北京同仁堂，除了南瓜蛋黄党参黄芪月饼能吃出一点党参的味道，其他口味的月饼药材味道不明显。该工作人员同时表示，虽然月饼中加入了中药材，但仍具有一定甜度，不建议血糖高的人多吃。

除北京同仁堂外，北中博济、云南白药也推出了中药月饼。其中，北中博济推出“博文·月礼草本”月饼礼盒，称由北京中医药大学专家团队研发，0添加蔗糖，少油低脂等，添加了甘草、玉竹、干荷叶、茯苓等中药材，全国零售价388元/盒，预售优惠价258元/盒，每

盒共8枚月饼。

据公开信息，北中博济所属公司为北京北中资产管理有限公司，该公司由北京中医药大学100%持股。除中药月饼外，北中博济还推出了黄金植萃固体饮料、瑞草颐生贵滋养膏方、五臟甄研代茶饮等产品。

云南白药则推出“本草颐月”月饼礼盒，内含天麻云腿月饼、黑松露乌金猪云腿月饼、黄精玫瑰月饼、陈皮山楂月饼四种口味共8枚月饼，售价138元。

此外，江苏省南通市中医院、河北省武安市中医院以及杭州胡庆余堂药膳馆等中医院、中医馆也推出了中药月饼。

比如，杭州胡庆余堂药膳馆今年推出两款药膳月饼，一是8枚装的“月华千里”月饼礼盒，包括红豆沙陈皮月饼、洛神花山楂乌梅月饼、丹桂小吊梨青梅月饼等，售价168元/盒；二是12枚装的“月映万象”月饼礼盒，包括铁皮石斛月饼、蛋黄白莲蓉月饼等，售价268元/盒。

江苏省南通市中医院相关工作人员表示，医院当前在售的中药月饼简装48元/盒，礼盒装58元/盒，每盒包含六枚不同口味的月饼，添加了枸杞、八珍、龙眼等中药材。“订(月饼)的人很多，已经往后排好几天了。我们本来一天生产120盒，但不够卖，现在正在增加每天的供应量。”该工作人员介绍。河北省武安市中医院也推出了陈皮山楂、芝麻桑葚、百合莲子、山药枸杞4种药膳月饼，分为正常糖和木糖醇，其中正常糖月饼价格5元一枚，木糖醇月饼价格为6元一枚。

“中药+”食品走红

养生经济下，中药材走入人们的日常饮食中。

此前，天津中医药大学第一附属医院的“养生欧包”，吸引不少年轻人排队购买；黑龙江省中医药科学院则推出中药雪糕，宣称具有驱寒、饱腹和健脾功效。

《中华人民共和国食品安全法》第三十八条规定，生产经营的食品中不得添加药品，但是可以添加按照传统既是食品又是中药材的物质。

深圳北京中医药大学研究院执行院长、北京中医药大学教授程薇在今年6月份的一场论坛上表示，中国一共发布了102种“药食同源”原材名单，这些原材既有食品的安全性，又有药材的实效性。

从中药茶饮、中药面包、中药冰淇淋，到中药月饼，为何越来越多的医院和药企开始布局“中药+”？

一位不愿具名的业内人士对中新经纬表示，医院和药企推出的中药月饼、中药面包等，是大健康产品的延伸，或是为了增收。

广东省食品安全保障促进会副会长、食品产业分析师朱丹蓬也提到，颜值管理、体重管理、营养管理、健康管理已贯穿于新生代以及大部分中国人的生活，企业布局“中药+”抓住了消费者对大健康产品的需求。

据艾媒咨询发布的《2024年中国月饼行业消费趋势洞察研究报告》，健康消费趋势下，低糖低脂的健康月饼开始出现。参加调研的消费者中，八成以上愿意购买健康月饼，有55.8%的消费者期望月饼在饼皮方面进行改进，如冰

皮、奶黄皮、水油皮等，50.6%的消费者期望月饼在口味方面进行改进。艾媒咨询分析师认为，消费者对月饼的健康化需求与产品创新期望将为行业带来新增长点。

北京中医药大学中药教研室副教授田昕对中新经纬表示，把传统中药融入传统食品中，是对中医药文化的弘扬和重视。需要注意的是，对于高油、高糖的食物，尽量不要添加同类食材，如月饼，尽量不再添加甜枣、蜜豆、红豆、高糖水果等食材，否则将会使原本甜腻的食物味道更重，对人体的脾胃造成更大的影响。

田昕建议，消费者可以根据自身的体质特征，选择加入对应“药食同源”中药原料的月饼，如脾胃比较虚弱的人可以选择添加山药或莲子的月饼，消化能力较弱的人可以选择添加山楂的月饼，体内湿气较重的人可以选择含陈皮、薏苡仁的月饼。

值得一提的是，相比往年，今年月饼市场礼盒包装“瘦身”明显，价格也回归平常。中国焙烤食品糖制品工业协会近期发布《2024中国月饼行业市场趋势》报告显示，预计今年月饼整体产量、销售额同比基本持平或略有下降。其中，产量近30万吨，销售额约200亿元，利润率将有所下降。月饼产品包装“瘦身”明显，礼盒价格主要集中在70元—220元之间，500元以上月饼礼盒已基本退出常规市场。

近年来，《关于遏制“天价”月饼、促进行业健康发展的公告》《限制商品过度包装食品化妆品》(GB 23350—2021)及其第1号修改单等文件相继出台，今年4月，《月饼质量通则》(GB/T 19855—2023)也已正式实施，其中在“馅料”中明确提出了“月饼馅料中不应使用鱼翅等野生保护动物食材，不宜使用燕窝等名贵珍稀食材”

(闫淑鑫 林婉斯)