

专家解读如何“吃得更好、种得更省”

大米没有儿时香？

不同品种换着吃

文/图 羊城晚报记者 黎存根

“现在的大米为什么没有小时候香了？”无论是线上还是线下，很多人可能都表达过这样的感觉。作为中国人的主食之一，大米当然不能不好吃。而2024年底，陕西师范大学的研究团队却发表了一篇文章，指出“在过去几十年间，我国的大米品质正在悄然下降”。

大米真的“变难吃了，而且还会越来越难吃”？羊城晚报记者在对话水稻育种一线专家时却有了不一样的发现，甚至还有新的研究成果发布：我国稻米“食味品质”正在持续提升。

这个关乎14亿人主食的问题，究竟该如何解答呢？

一篇论文，引发热议“大米会不会越变越难吃”

米饭一直是中国人餐桌上的“主角”。有数据显示，水稻甚至养活了全球近45%的人口（超过35亿人）。但陕西师范大学的研究团队在国际学术期刊《地球物理研究快报》（Geophysical Research Letters）上发表的这篇研究论文表示，大米的品质正在悄然下降，从1985年至2020年，我国的优质大米出产率每十年下滑1.45%，2004年的出产率甚至成为历史最低。

该研究主要以我国和日本两国1979年—2020年间的小时级气象数据为主，重点关注夜间温度、日间温度、日降水量、太阳辐射、云量、日间蒸汽压亏缺（可反映空气湿度）以及二氧化碳浓度等情况，分析了大米品质下降的原因。结果显示，对我国优质大米出产率影响最大的因素是夜间温度：夜间温度越高，大米

的品质就越差，反之则越好。特别是我国大米产区的夜间温度超过了18℃时，优质大米出产率会随温度升高而明显下降。随着气候变化加剧，我国水稻生长季节高温事件频发，这已经直接影响了大米的品质。

该研究还评估了未来几十年大米品质进一步下降的可能性。结果令人担忧：无论是采取减排措施，还是维持中等或高排放路径，我国大米的品质在未来几十年内几乎都可能大幅下降。如果持续中高排放情况下，大米品质下降幅度会更加显著，到2100年的降幅可能将超过5%。

这一研究成果不仅得到《自然》（Nature）杂志重点介绍，还被众多媒体广泛解读。一时间，“大米变难吃了，而且会越来越难吃”的话题引发热议。

有研究显示，南方区域的籼稻品质有显著提升

大米真的变得难吃了吗？不久前，却有另一篇相关研究成果也发表在《自然》杂志上。这篇文章中称，中国水稻研究所稻米质量安全评估创新团队通过系统分析我国十几年来稻米食味数据后发现，育种遗传改良、田间管理优化等措施，使得我国稻米食味品质正在不断改善提升。

论文第一作者、中国水稻研究所副研究员卢林表示，长期以来，提升水稻产量一直是我国水稻科研的主要课题。在我国开展水稻育种初期，粳稻的食味品质明显优于籼稻。但随着水稻品种改良措施的稳步推进，近几年籼稻的食味品质提升幅度大于粳稻，无论外观、香味、质地、滋味等都已得到显著提升。

该研究分析还表明，我国水稻全要

素生产率正逐年上升，平均值从2009年的0.43提升至2020年的0.55，其变化趋势与稻米食味评分结果的变化趋势基本一致，并显示出稻米食味品质的提升与区域经济、粮食政策等存在正相关性。

稻米食味评分是从外观、气味、适口性、滋味和冷饭质地五个方面打分来计算稻米的食味评分值。2008年，我国更新了稻米蒸煮食用品质感官评价方法的国家标准，要求科研团队根据国家标准GB/T 15682—2008进行稻米食味品评，即从上述这两个方面来打分。在从每年全国数千份稻米样品中获取的指标数据进行分析后，研究人员得出结论，在2009年到2023年间，我国稻米食味评分值（全国平均均值）已从74.9分稳步提升至80.3分。



隆平好种子精神传承馆展出了许多稻米种子标本

可能是“感官耐受”导致的认知偏差

两份研究结果报告却出现看似矛盾的结果，说明我国现代农业发展中有“机遇与挑战并存”的复杂性。

广西农业科学院水稻研究所抗性育种研究室主任张月雄研究员主要从事水稻抗性基因发掘和杂交水稻新品种选育工作。他告诉羊城晚报记者，气温变化（升高）对大米的品质和产量确实有影响，但育种专家正在通过选育新品种来抵消这种影响。他指出，水稻品种是在不断迭代的，育种专家一直在根据不同地区的需求选育出耐高温、耐低温、抗风、抗病等特性的新品种，以保持甚至提升大米品质。“现实中，常规稻品种容易退化，推广几年后，抗病性和产量可能会下降，因此需要不断推出新的品种来保持品质和产量。例如，近年来，广东省农科院科研工作者通过杂交、分子标记辅助选择等现代生物技术手段，培育出了既高产又优质的美香占2号、南晶香占、19香和粤香430等丝苗米新品种。同时，育种专家和企业也会根据市场需求不断推出新品种，以满足消费者对口感、香气等方面的多样化需求。”总的来说，水稻育种目标已经从单纯的“解决吃饱问题”转向“吃得更好、种得更省”。

他认为，尽管有些人认为稻米香气不如从前，但是从科学指标来看，中国现代大米在品质和口感上其实比过去更好。“无论是杂交稻还是常规稻，米质都越来越好。”他表示，一般来说，大米品质的三大指标是：直链淀粉（葡萄糖分子聚合物）含量影响米饭的软硬程度，含量高则口感较硬，含量低则口感较软；大米胶稠度影响米饭的黏性，胶稠度高的大米口感更黏滑；碱消值（指水稻谷粒在加热中在一定时间内淀粉

被溶解的百分比）会影响米饭的口感和香气，碱消值高的大米口感更好，香气更浓。

张月雄认为，大米的“好吃”是种主观评价，不同人对口感的偏好不同。对于“现在的大米吃不出小时候的米香”的说法，他认为，可能与长期食用同一种优质大米导致出现“感官耐受”（指个体对感官刺激的承受能力逐渐降低的现象）有关，即对米饭的香气和口感变得不敏感。他说，当消费者尝试到特性差异较大的新品种时，会产生明显的口感对比。对于吃惯南方籼米（如广东的丝苗米、油粘米）的消费者来说，北方粳米（如黑龙江的五常大米）的口感差异较大，因为口感更柔软、香气更浓郁，容易产生“特别好吃”的主观感受。他进一步介绍，同属粳米的日本大米，以其精耕细作和优质口感闻名，与东北大米在品质上有相似之处。这对于南方或沿海发达地区的消费者来说，更容易形成“优质”的印象。

张月雄表示，市场上大多数同种类优质大米的品质差异都较小，消费者其实是难以感受到明显区别的。只有当某个品种的特性特别突出（如香气、口感）时，消费者才会对其产生深刻印象。“公众对水稻品质的误解，往往源于对育种技术进步的不了解。”张月雄说，中国水稻育种不仅在国内取得了显著进步，还与国际同行保持交流，推动品种的国际推广。与过去相比，中国现代产的大米品质是有显著提升的。最近在日本广岛揭晓的2024年优质梗稻食味品质鉴评结果就显示，在经历了23名中日水稻食味专家两天多轮鉴评后，吉林省农科院选育的“吉梗575”食味便超过日本新潟越光米，夺得食味“最优秀奖”。

可根据口味选择合适的大米

去年，日本出现大米短缺现象，当地曾出现“大米价格飙升”的新闻。大米在中国市场上价格却长期保持稳定。张月雄介绍，中国有超过60%的人口都是以大米为主食，尽管如今生产大米的人力成本和土地成本有所上升，但中国大米的零售价格仍然保持较为稳定，市场上普通商品粮大米的零售价格通常在每斤3元到6元之间，部分低价大米甚至低至2元多。

中国消费者更多考虑的是该如何选择优质大米。张月雄介绍，随着名优品种的种植面积大幅提升，市场上销售的大米中，名优品种的覆盖率已达到90%以上。除了特殊用途的大米（如高淀粉含量的工业用米），普通商品粮大米的质量普遍较高，多数为一级或二级米。这些等级是根据大米的品质指标评定的，可以通过外

观、等级标注和口感偏好来判断大米的品质。他表示，不同人对大米口感的偏好不同，消费者可根据自己的口味选择合适的大米。如南方籼米：细长、透明，长宽比较大，口感较为松软；北方粳米：圆粒、油亮，长宽比较小，口感较为黏滑。一般来说，温带种植北方粳米的积温条件较好，物质积累较多，口感上可能更佳。



▼ 五常大米

▲ 马坝油粘米

小红书上的老外还在学中国菜

“国际书”的“美国梦”已经起航

学做中国菜、种地，外国人完美融入小红书

“TikTok难民”在小红书来了又走，除了留下一堆已注销的账号外，在小红书的心中也泛起了阵阵波澜。

羊城晚报记者 杭莹

3月10日，小红书宣布正式启动“电商出海领航计划”，首期直奔美国、中国香港及澳门市场，“对上”TikTok。在小红书上，不少商家分享表示自己收到了小红书方面的“出海”邀约。

在电商赛道上本就起步较晚的小红书，能唱好出海这台戏吗？



小红书上的很多“老外”不是离开了，而是“藏得更深”了 图/视觉中国

有很多网友问，小红书上的外国人都去哪了？你们的猫脱和骆驼脱都收到了，人怎么走了呀？

有些人的离开是不可避免的，而有些人的离开则是被迫的。有IP显示在美国密苏里州的网友在小红书上发帖称，美国德州就宣布禁用小红书和DeepSeek。

除了因为小红书依旧图文主导的形式，让部分习惯了短视频的TikTok

小红书能复刻TikTok的全球化神话，成为下一个估值飙升的明星企业吗？

“国内都没整明白呢，就整上国外了。”作为第一批受邀出海的小红书商家，商家momo有些头大，自己就是一个卖毛线的，国内都才刚起步呢，怎么就要出海了？

不过，有消息称，首批被邀约出海的商品，主要还是以家纺、家居、鞋服箱包和小家电等日用消费品为主。

有商户表示，其接受了邀约参与该计划，但是还没有出过单。对此，小红书商家官方客服表示，当前出海领航计划逐步启动内测中，平台将自行筛选符合要求的商家加入出海领航计划，同时会以站内信通知给符合要求的商家。

在“领航计划”中，小红书承诺将为加入的商家提供多项福利，包括全球用户资源接入、境外市场拓展机会、

用户“水土不服”外，更多的国际友人们不是离开了，而是“藏得更深”了。

还在被看见的那些外国人，都找到了自己的“兴趣所在”。例如热衷中国菜教学的澳洲小哥，在小红书网友的教学中，一步步挑战了老干妈炒饭、麻辣豆腐、麻辣烫和酸辣土豆丝。向南能做出白灼菜心，往北能拿下锅包肉。

还有的美国农场主，则在小红书上分享起了自己的《种地吧》之美国篇，不

知道是不是想成为十个勤天美国分勤。在自家的20亩地上种满了茄子、豆角等蔬菜，登上小红书站内热搜第二。

做菜、种地，抑或是穿搭和资讯分享，很多外国人在小红书找到了分享的乐趣和认同感，所以留在了小红书。也有很多人被中国吸引，所以催生了中国旅游热。但对小红书自身来说，除了热度与流量外，在吸引人来之余，自己能怎么出去，是下一步要解决的问题。

小红的美国梦，还是做起来了

智能化内容翻译以及官方合作的物流服务。据了解，目前只支持中国香港、中国澳门和美国，送达时效是港澳4—7天、美国12—17天。

今年2月，有消息称，小红书将在中国香港开设办公室，并将这一动作视为小红书吹响全球化的号角。对此，小红书暂无回应。不过，据凤凰网2月报道，在时代广场写字楼下的公司铭牌板上，暂未见到小红书的公司招牌，询问楼层工作人员获知，有听闻小红书将要入驻，但未知具体搬来的时间。

春节后，小红书发布了多个与跨境相关的校招和社招岗位，如跨境物流履约产品经理、跨境交易链路产品经理、跨境专项（直客/渠道管理/行业运营/策划）等。

多方消息结合来看，小红书似乎是从这波TikTok流量之后点燃了“美国梦”。根据点点数据的统计，小红书在美国地区iPhone总榜免费榜排名

自1月12日开始攀升（此前长期未上榜），13日至16日（截至下午3时）均居榜单首位；小红书热度扩散至其他地区，截至1月16日下午3时，在79个地区iPhone总榜免费榜居首，在53个地区榜单居前10位。而Similarweb数据也显示，1月13日，小红书在美国iOS及安卓平台的日活跃用户数约为340万。

但事实上，小红书并非没有出海基因。在创立之初，其定位便为海外购物的分享社区。此外，据报道，在日本，小红书曾推出主打时尚社区的Unii，在东南亚市场推出了与小红书相似的Spark，在欧美市场推出了家居分享社区Catalog。

互联网分析师张书乐在接受记者采访时表示，小红书一直都有出海的谋划，尤其是国内平台在海外效仿小红书模式获得了一定成功，更让小红书有必要加快进军海外市场的步伐。

TikTok 2.0，要花很多钱

物流商达成了合作，商家只需将商品寄送至小红书指定的转运仓，剩余的清关、物流运输等全部由小红书承担，而税费、国际运费由境外消费者承担。

至于售后等问题，小红书方面表示，暂时无须过度关注，因为非常具体规则还没有出来，还需要时间。

小红书能复制TikTok的路径吗？TikTok的出海故事能写成，用的是简单粗暴的“砸钱”打法。

2018年，字节跳动携TikTok往主要投放渠道Facebook展开攻势。据腾讯深网报道，一位接近Facebook的人士透露，2018年三、四季度到2019年一季度，TikTok的推广预算每个季度维持着100%以上的增长。“Facebook大中华地区一年营收大概50亿美元，TikTok当时计划三年贡献10亿美元左右。”这位人士如此说。

小红书，恐怕没有这么多钱。

『现金奶牛』主题的ETF，香不香？

羊城晚报讯 记者莫谨榕报道：2025年春季，基金公司又开始扎堆掘金新主题，自由现金流策略成了新一年的“当红炸子基”。3月18日，证监会官网一口气公示8只自由现金流主题相关ETF的上报，涉及南方基金、中银基金、鹏华基金、平安基金、华安基金、博时基金等。在短短3个月内，市场上已上报及发行的自由现金流相关基金产品已经接近40只，涵盖ETF、指数基金、混合型基金等不同形式，这一新兴的投资主题有何魅力？又适合哪些投资者呢？

“自由现金流”是指企业在支付必要的资本支出后剩余的现金流，它是企业可以自由支配的现金，可用于偿还债务、分红或再投资，是衡量企业财务健康状况和投资价值的重要指标之一。简而言之，这类指数就是追踪那些具有充裕、稳定自由净现金流的“现金奶牛”企业。

在美股市场，自由现金流选股策略及相关产品已经相对成熟，而国内市场相关工具产品刚刚起步。2025年1月10日，国内首批两只自由现金流ETF正式获批，分别为华夏国证自由现金流ETF和国泰富时中国A股自由现金流聚焦ETF。首批产品自2月底上市后受到了市场青睐，华夏国证自由现金流ETF的市场规模从上市初期的6.94亿元增长至16.95亿元，规模增长超144%，资金抢筹特征显著。

多只自由现金流主题相关ETF扎堆申报，投资者如何进行选择？这类ETF主要跟踪三大指数国证自由现金流指数、富时中国A股自由现金流聚焦指数、中证全指自由现金流指数，这些指数在编制方法、成分股选择以及历史表现上各有特点。

羊城晚报记者根据同花顺iFind数据库梳理发现，上述三大指数均剔除了金融和房地产行业，成分股多为石油石化、煤炭、家电等行业的蓝筹股。国证自由现金流指数的前5大行业合计权重约为60%，重仓行业为汽车、家用电器、石油石化、煤炭和有色金属。中证自由现金流指数的前5大行业合计权重约为64%，重仓行业为煤炭、家用电器、石油石化、交通运输和有色金属。

自由现金流策略的市场表现如何？从历史上看，自由现金流策略相对整体市场有一定超额收益，不过短期可能受到市场风格切换的影响表现弱于大盘。以2012年上市的国证自由现金流指数为例，自上市以来该指数实现了17.82%的年化收益，高于同期的沪深300指数（7.51%）。分阶段看，2012年底至2015年中，自由现金流指数弱于大盘；2016年至2018年中，自由现金流指数优势回升；2019年—2020年自由现金流相对表现减弱；2020年至今相对大盘有显著表现。

总的来说，自由现金流指数在市场下行期或平稳期表现突出，而在牛市中弹性相对较弱，比较适合那些具有一定长期投资视野，希望在市场波动中寻找相对稳定投资机会的投资者，可作为穿越牛熊的底仓配置工具，帮助投资者享受长期稳定的企业分红和成长红利。