

酸碱食物均忌加味精。酸性食物加味精同时加热，会变成焦谷氨酸，不但不能降低酸味，而且对人体有害。味精在碱性食物中，谷胺酸钠中的钠活性甚高，容易与碱发生化学反应，产生一种具有不良气味的谷胺酸二钠，失去调味作用。