

Thức phẩm 'organic' đắt, nhưng liệu có bán hơn 'non-organic'?

Tác Giả: Ng&c Lan

Thứ Hai, 10 Tháng 9 Năm 2012 08:08

"Không hề có sự khác biệt về số lượng vitamin có trong trái cây rau củ hay các loại thực phẩm 'organic' và loại thông thường..."

WESTMINSTER (NV) - "Không hề có sự khác biệt về số lượng vitamin có trong trái cây rau củ hay các loại thực phẩm 'organic' và loại thông thường, ngoài trừ điểm khác biệt duy nhất là trong các sản phẩm 'organic' hầu như không có chất phụ gia..."

Đó là khám phá mới của một nhóm nghiên cứu thực nghiệm Đại Học Stanford và Hội Chăm Sóc Y Tế Của Chi Viện Binh Palo Alto, do bà Crystal Smith-Spangler làm trưởng nhóm.

Nghiên cứu này dựa trên 200 kết quả nghiên cứu so sánh về tình hình sức khỏe của những người ăn thực phẩm "organic" và thực phẩm thông thường, ở các loại trái cây, rau củ, ngũ cốc, thịt, trứng gia cầm và sữa.

Xoay quanh việc nên hay không nên sử dụng thực phẩm "organic," cũng như sự khác nhau giữa thực phẩm "organic" và "non-organic" như thế nào trong công đồng người Mỹ gốc Việt cũng có khá nhiều điều thú vị.



Giá đắt sự trái cây "organic" tại Whole Foods Factory. (Hình: Ng&c Lan)

Thực phẩm hữu cơ (organic foods) là gì?

Thức phẩm 'organic' đắt, nhưng liệu có bằng hơn 'non-organic'?

Tác Giả: Ngọc Lan

Thứ Hai, 10 Tháng 9 Năm 2012 08:08

Thức phẩm hữu cơ (organic foods), còn được gọi là thức phẩm tự nhiên (natural foods) hay thức phẩm lành mạnh (healthy foods), là vốn dĩ mà nhiều người quan tâm và theo đuổi lâu.

Theo Bộ Canh Nông Hoa Kỳ, nông sản hữu cơ là nông sản do nuôi trồng mà không dùng hoặc dùng rất ít chất phân bón tổng hợp, thuốc trừ sâu, chất điều chỉnh sinh trưởng hay thức ăn phụ thêm cho gia súc.

Nói một cách rõ ràng hơn, thức phẩm động vật hữu cơ (meat organic) lấy từ súc vật được nuôi ở các vùng riêng biệt, với thức ăn nông sản không chứa bất kỳ loại hóa chất nào, không có thuốc trừ sâu trên động vật và cỏ cũng không được bón phân hóa chất. Người ta không dùng các chất kích thích tăng trưởng nhân tạo cho gia súc, ngoài việc thuốc kháng sinh để chữa bệnh cho chúng 90 ngày trước khi làm thịt. Nhưng gia súc “organic” này cũng không được nuôi bằng thức ăn các loại động vật khác.

Còn thức phẩm thực vật hữu cơ thì phải là rau trái được chăm bón phân thiên nhiên lấy từ phân xác động vật trên vùi các loại cây cỏ mọc nát chôn không phải hóa chất; đất trồng sâu bằng cách tự nhiên như dùng chim bắt sâu hay người chăm sóc tỉ mỉ sâu.

Có lẽ chính từ điều này, mà theo nghiên cứu của bà Crystal Smith-Spangler, “mọi người chỉ nên mua thức phẩm hữu cơ vì nhiều lý do khác nhau, và một trong những lý do đó là người ta cảm nhận được lợi ích về mặt sức khỏe.”

Ông Andy Nguyen, một cư dân ở Los Angeles, có cùng suy nghĩ này khi ông cho rằng, “Dùng thức phẩm 'organic' sẽ tránh được phân bón hóa học và vốn ngon hơn, lại không có chất 'hormone' trong thịt cá.”

Với ông Kenneth DiPietro, đang sống tại Tampa, Florida, lý do gia đình ông chỉ dùng thức phẩm “organic” từ năm 2006 là vì “năm 2006 là năm đầu tiên của việc 'organic,' báo chí nào cũng đề cập đến vốn dĩ đó hết. Tôi nghe có lý vì tôi rất sợ dính vào thức phẩm có chất hóa học nên quyết định dùng thức phẩm hữu cơ, như trứng, sữa và một số loại trái cây.”

Tuy nhiên, là một người làm “test pesticide” mỗi ngày, cô Hoàng Nguyễn, hiện đang sống tại

Thức phẩm 'organic' đắt, nhưng liệu có bán hơn 'non-organic'?

Tác Giả: Ngác Lan

Thứ Hai, 10 Tháng 9 Năm 2012 08:08

Anaheim, nêu thắc mắc, “Nếu u không dùng thuốc trừ sâu thì làm sao diệt được cä và sâu bä? Nếu u nói là con người đi bắt sâu thì làm sao thức ăn của nhä đäc nhäu cánh đäng träng trät quá räng län? Còn nhäu sä đäng chät tä nhiên thí dụ như đäm pha loãng đä trä sâu thì vän là hoá chất thôi.”

Cũng do công việc đang làm cho Cơ Quan Bảo Vệ Môi Sinh Hoa Kỳ (EPA) mà kinh nghiệm của cô Nguyễn là “Người ta chỉ có thể xử dụng thuốc trừ sâu để giäi hän cho phép của EPA, nên mình ăn vô không có sao, vä läi nhäu dùng thuốc trừ sâu để nhäu quá sä thäm sâu xuäng đät làm häi mäch nhäc ngäm.”

Đắt nhưng không bán được hơn

Trong khi cô Hoàng Nguyễn cho rằng “chäa bao giờ dùng 'organic' vì không hiểu rõ läm” thì cô Vân Nguyễn ở Arizona, cô Ngân Đoàn ở Texas, hay cô Tô Häi Nguyễn ở Garden Grove, đều không dùng thức phẩm “organic” với lý do đầu tiên là “đắt quá!”

Theo Annals of Internal Medicine, nghiên cứu trên đây cho thấy không hề có tiêu chí căn bản cho việc xác định cái gì làm nên thức phẩm “organic,” nhưng dù ở träc mät ai cũng thấy là loäi thức phẩm này đắt gấp hai lần thức phẩm thông thường.

Đó là lý thuyết. Trên thực tế, đi một vòng quanh các chợ chuyên bán thức phẩm “organic” và các chợ Mẹ, chợ Việt Nam thông thường sẽ nhận ra rằng sự chênh lệch giá của hai loại thức phẩm hầu như không hề có là rất lớn.

Trong cùng ngày Thứ Tư, 5 Tháng Chín, nhäu ở chợ Á Đông, Westminster, bán loại cà chua có củ củ nặng với giá 33cents/pound, chợ Stater Bros bán \$1.99/pound, thì tại chợ Whole Foods Factory, nhäi chuyên bán thức phẩm “organic,” giá loại cà chua này là \$2.99/pound.

Mät bó hành lá tại Whole Foods Factory là \$1.49, tại Stater Bros là 89 cent, và tại chợ Thuän Phát giá chỉ có 33 cents.

Thức phẩm 'organic' đắt, nhưng liệu có bằng hơn 'non-organic'?

Tác Giả: Ng&c Lan

Thứ Hai, 10 Tháng 9 Năm 2012 08:08

Một pound mäp Nh&t mua tại chợ Thu&n Phát là 79 cents, ở Stater Bros là 99 cents, và nếu mua mäp này loại "organic" tại Whole Foods Factory, góc đường Beach và Edinger, thì người mua phải trả giá cao gấp hai räi hay gấp ba lần, tức khoảng \$2.49/pound.

Trong khi người tiêu dùng có thể trả \$1.79 cho một pound thịt gà n&c c "non-organic" tại chợ Á Đông, thì cũng vậy loại thịt đó nhưng "organic" được bán với giá \$6.99 tại Whole Foods Factory.

Một pound sän "c&t l&t" tại các chợ Việt Nam quanh vùng Orange County được bán với giá trên dưới \$2, thì tại chợ Whole Foods Factory, thịt này có giá \$8.99/pound.

Täng tä nhäy, nhưng người chủ nông thực phẩm "organic" phải bán ra \$4.99 cho một pound dâu tây (strawberries), \$5.99 cho một hộp "blueberries" như xíu chua đầy nửa pound, hay phải mua sän non với giá \$12/pound.

Giá đắt, nhưng liệu đó có phải thực sự là để "organic" không cũng là vấn đề khi người tiêu dùng băn khoăn.

Cô Tô H&i Nguy&n nói, "M&i tu&n tôi đi chợ Đà Lạt, giá rẻ cái gì tôi ăn cái đó chứ không đi tìm để 'organic.' Nhưng mà đây trên mạng phanh phui ra để 'organic' ở Whole Foods toàn là 'made in China' không hà, thành ra tôi kh&i ngäng để 'organic' luôn."

V&i cô Vân Nguy&n thì "giá thực phẩm 'organic' đắt hơn nhiều so với thực phẩm không 'organic,' nhưng mình đâu có biết là nó có 'organic' thật hay không."

Ngay cả ông Andy là người nông học chuyên dùng thực phẩm "organic" cũng khuyên "tùy loại mà dùng, chứ không phải cái gì 'organic' cũng xài, vì nhiều khi đó là giả nhãn hiệu 'organic.'"

K&t quä nghiên cứu của bà Smith-Spangler và các công sự của bà cho thấy ngoài việc ít thuốc trừ sâu và vi khuẩn kháng sinh, thực phẩm "organic" không chứa vitamin và chất dinh dưỡng nhiều hơn thực phẩm "non-organic."

Thức phẩm 'organic' đắt, nhưng liệu có đắt hơn 'non-organic'?

Tác Giả: Ngác Lan

Thứ Hai, 10 Tháng 9 Năm 2012 08:08

Nếu bạn mua thịt lợn ba các sản phẩm thông thường được phát hiện có dấu hiệu thu hẹp sâu thì chỉ có 7% các sản phẩm “organic” bán trên thị trường này, và khả năng nhiễm khuẩn của thịt heo thịt gà thông thường cao hơn 33% so với loại thịt heo thịt gà “organic.”



Giá mua tại siêu thị thịt gà “organic” tại Whole Foods Factory. (Hình: Ngác Lan)

Nếu có tiền, nên dùng 'organic' mua thịt cách nào?

Tuy chưa ngã ngũ vấn đề thức phẩm “organic” có thịt sạch hơn thịt hay không, nhưng nhiều người vẫn cho rằng “thức phẩm 'organic' có vẻ ngon hơn.”

Cô Vân Nguyễn chia sẻ, “Nếu mua đồ 'organic' thì tôi sẽ chọn mua thịt cá. Vì thức phẩm mà người nuôi sản xuất cho gia cầm ăn sẽ có tác động lên chất lượng của miếng thịt miếng cá. Hay nhà tôi có trồng cây hồng giòn, mặc dù trái nhỏ nhỏ nhưng rất thơm và ngọt, ăn trái hồng 'organic' này ở nhà rất ngon khi ăn trái hồng mua ở ngoài chợ thì y không ngon bằng. Hơn nữa có lẽ ngoài chợ giá chuồng 'organic,' mua về ăn thì y ngọt hơn.”

Với ông Kháng Diäp thì “trái cây 'organic' không để lâu được, rất là mau hỏng so với những loại rau trái thông thường. Nhưng với thịt thì tôi thấy có vẻ ngon hơn, nhất là thịt gà, nó dai hơn đôi chút chứ không có bột nhão như gà thông thường.”

Do suy nghĩ “sức khỏe quan trọng hơn tiền bạc,” nên dù biết là đắt, gia đình ông Kháng vẫn dùng thức phẩm “organic.” Tuy nhiên, hiện tại gia đình ông Kháng không còn sản xuất thức phẩm “organic” nữa bởi vì “tình cảnh các mặt bài báo có nói về thức phẩm hữu cơ và thức phẩm hóa học cũng không khác nhau về mặt dinh dưỡng, hơn nữa vấn đề thức phẩm có cơ quan FDA

Thực phẩm 'organic' đắt, nhưng liệu có rẻ hơn 'non-organic'?

Tác Giả: Ngọc Lan

Thứ Hai, 10 Tháng 9 Năm 2012 08:08

kiếm soát, nên không còn ngại như lúc trước.”

Thực phẩm, ông Khanh khuyên cho rằng, “Nếu giá cả chênh nhau chút nhỏ thì có thể tôi sẽ nghĩ lại, đi qua thực phẩm hữu cơ cũng không đáng.”

Ông Andy Nguyễn thì cho rằng “nếu đi vào kinh tế khá thì nên xài 'organic.’” Hiện tại, ông mua thực phẩm “organic” mà ông Andy thường mua về cho gia đình dùng là trái cây, rau xà lách, cá “wild caught,” gà đi bộ, sữa và đậu hũ.

Trong khi đó, cô Trần Thị Ngọc Vân nhận xét, “Không tin được đâu nào thì đi đâu nào giờ thành ra không nghĩ lại, chủ quan tâm là đi ăn lành mạnh và không phải sống xuýt xoa Trung Quốc mà thôi.”

Cô Vân Nguyễn cho rằng, “Thực phẩm 'organic' không cần thiết, đi ăn nào cũng vậy, ăn sữa phải, đi ngủ làm đẹp thì sẽ tốt cho sức khỏe. Dùng thực phẩm 'organic' mà ăn uống không đúng cách thì cũng sinh ra bệnh tật thôi, mặc dù mua thực phẩm đi ăn 'organic' có thể sẽ ngon hơn.”

Chính từ suy nghĩ này mà cô dứt khoát “nếu đi vào kinh tế khá giờ thì tôi cũng chỉ mua thực phẩm 'organic' nếu ăn thực phẩm ngon hơn đi không 'organic,' còn nếu ăn thực phẩm ngon như nhau thì vẫn mua thực phẩm không 'organic' thôi.”

“Ngày càng khi đi vào kinh tế phát triển, tôi vẫn không nghĩ dùng 'organic' là cần thiết, bởi theo nghiên cứu y khoa, vẫn chưa có gì rõ ràng chứng minh thực phẩm 'organic' là tốt hơn các loại thông thường.” Cô Ngân Đoàn khẳng định.