

香油是我们生活当中经常能见到的一种调味料。我们的日常生活，一日三餐，其实都离不开香油，也有很多人有经常吃香油的习惯，这种习惯是非常良好的，首先香油的香气更容易勾起人们的食欲，另外香油中的营养成分也是非常丰富的，经常吃香油对我们的身体也是有很大的帮助。但是香油的种类是非常多，市场混乱鱼龙混杂。我们在挑选香油的时候，一定要注意分别香油的种类，区别真假优劣香油，接下来教大家如何去买到好的香油。

### 第1点看配料表

我们在购买好的香油的时候，首先要看它的配料表是不是纯芝麻的，纯芝麻油只能是用纯芝麻制作的，如果添加其他的油料作物或者其他的植物油，都只能称之为调和油。如果是用地沟油，或者添加各种色素香精调味剂的假香油更不能碰。



### 第3点看价格

市场鱼龙混杂，香油假货特别多。很多黑心商家就是看准了有一些消费者容易轻信价格，就用劣质香油甚至是假香油，以假乱真，以极低的价格卖给消费者。我们在

购买香油的时候千万不要贪便宜，要知道纯香油的原材料成本是非常高的，并且制作时候的人工成本也比较高，所以一瓶纯香油的价格并不是特别的便宜。

通过以上的这3点，我们在生活当中就可以买到真正好的小磨香油了。