

春天
味道

价格适宜 外地蒲菜抢先上市



圆的美妙滋味。目前,蒲菜大量上市,价格大致在每斤15元至16元。

蒲菜是比较典型的时令蔬菜,一年中虽然有半年时间能够吃到蒲菜,但价格浮动很大。初春时节刚上市的蒲菜口感极为鲜嫩,但价格不菲,每斤售价可达20元往上;四五月份本地蒲菜大量上市,价格也变得亲民,每斤不到10元;六七月份的蒲菜堪称白菜价,但口感相对一般;八九月份蒲菜就逐渐销声匿迹了;10月份后虽然也能吃到反季节的新鲜蒲菜,但价格往往高得吓人。眼下,蒲菜的价格和口味正好取得了一个令人可以接受的平衡。记者走访部

分农贸市场了解到,目前本地蒲菜还没有大量上市,市面上的蒲菜大多是从南方运来的。

蒲菜是淮扬菜中的经典食材,也是淮安老百姓餐桌上的常客,冷炆、热炒、烧汤、炖菜、做馅等都十分适宜。有经验的大厨介绍,烹饪蒲菜最好采取素菜荤做的办法,放入少量熟猪油可以使蒲菜的口感变得更嫩滑爽口。蒲菜具有清热凉血、利水消肿、去火除烦等功效,它含有丰富的膳食纤维、维生素、微量元素、氨基酸等营养物质,即使常吃也不易发胖,是一种养生保健蔬菜。

■融媒体记者 傅婷婷

淮安自来水有限公司 举办“水厂开放日”活动



3月25日上午,30多位市民如约来到淮安自来水有限公司参加“水厂开放日”活动。活动中,市民们走进水厂、二次供水泵房、水质检测实验室等处,现场观看制水工艺流程,聆听技术人员讲解,度过了一段愉快而充实的周末时光。

该公司副总经理李留成向前来参加活动的市民朋友们介绍了公司发展的历史及生产运营情况。他表示,恰逢“中国水周”这一特殊时间节点,举办“水厂开放日”活动,旨在让大家近距离感受公司近年来在改进制水工艺、提升供水水质、改善服务质量方面所做的努力和取得的成绩,增强社会各界关心水环境、保护水资源的意识,从而进一步构建和谐的供用水环境,推进淮安供水事业新发展。

参观点一:淮安市水质检测科技有限公司

当市民们走进淮安市水质检测科技有限公司,立刻被眼前一间间整洁明亮的实验室和一台台“高精尖”设备所震撼,他们一边聆听工作人员的讲解,一边好奇地四处打量。

据介绍,淮安自来水有限公司下属的淮安市水质检测科技有限公司成立于2021年7月23日,其前身为淮安自来水有限公司下属非独立法人检测机构。实验室于2004年8月通过省级计量认证(CMA)实验室资质;于2020年2月通过CNAS评审,取得国家认可(CNAS)实验室资质,具有对社会出具证明作用和国际互认检测报告的资质。公司总人数22名,其中具有研究生学历的人员11名,拥有较强的技术创新及水质检测能力。

参观点二:二次供水泵房(逸景澜庭小区)

市民们第二站来到位于逸景澜庭小区的二次供水泵房,与地

下泵房阴暗潮湿的固有印象不同,市民们吃惊地发现,如今的泵房不仅干净整洁,安防措施也非常先进,不仅设置了防火防盗门、门禁管理系统、挡鼠板等设施,还有红外报警系统,当有人入侵时,报警箱会发出声光报警,并将报警信号传送到调度平台。

据介绍,淮安自来水有限公司从2009年开始接管第一个二次供水泵房,到现在已实现供水区域内居民住宅二次供水设施统一管理,现已验收接管小区390个、泵房409个、设备1015套。通过为期三年的老旧小区二次供水设施改造,现在的泵房最大特点是智能高效,无人值守、自动运行,而且人性化理念也得以体现,把对居民的影响降到最低。

参观点三:经济开发区水厂

最后,市民们来到经济开发区水厂。据介绍,经济开发区水厂坐落在淮安经济技术开发区河畔路古淮河生态园内,占地124.9亩,是一座含预处理、常规处理、深度处理、污泥处理的现代化水厂。其制水工艺由淮安自来水有限公司与清华大学合作,在淮安进行一年多的实验研究而形成的实用技术,其上向流活性炭及先炭后砂的过滤组合工艺已获得国家实用新型专利。此处理工艺为全国领先水平,填补了水处理技术领域的一项空白。

市民们听到此处不由地鼓掌赞叹。同时,开发区水厂也是一座花园式工厂,路过碧波荡漾的沉淀池、绿树成荫的厂区道路,造型别致的小花园,市民们纷纷拍照留念。

结束了半天的活动,很多市民感到意犹未尽,纷纷表示这样的活动非常有意义,希望今后能够持续举办,让更多市民走进并感知生动有趣的“供水世界”。

■融媒体记者 王荣 通讯员 俞婧

樱桃萝卜上市 口感胜似水果



鲜红的外表、玲珑的体型、爽脆的口感,樱桃萝卜拥有众多深受人们欢迎的理由。最近的菜市场里,应季的樱桃萝卜上市,目前售价约4元每斤。

虽说伴随着种植技术的进步和物流的发展,樱桃萝卜一年四季都能吃到,但樱桃萝卜其实是地道的春季时令菜。据蔬菜专家介绍,樱桃萝卜是一种迷你型的萝卜品种,因其通常长有五片比较小的萝卜缨,淮安人又常常称其为小五瓣萝卜。过去四五月份杨花纷飞的暮春时节,露天生长的樱桃萝卜正好大量上市,因此

樱桃萝卜又被称为杨花萝卜。它的时令性很强,上市后两个月左右就会长大,中间一糠心,味道就差得远了,想要尝鲜还得抓紧。

资深大厨介绍,糖醋杨花萝卜是淮扬菜中的经典凉菜,制作方式虽然简单,口感却堪称一绝。它没有普通萝卜的辛辣,却胜在更加鲜脆;经过糖醋汁的充分浸泡,酸酸甜甜十分爽口,吃起来犹如舌尖上吹过一阵清新的春风。樱桃萝卜也可以用来做成热菜,用来炖肉、烧汤、做馅,味道都很不错。

■融媒体记者 傅婷婷

塞牙不是小事 造成牙龈萎缩不可逆

本报讯 俗话说:“牙疼不是病,疼起来真要命。”某些情况下,吃东西塞牙也是一件十分痛苦的麻烦事。口腔科医生提醒,经常塞牙说明牙齿出了问题,需要引起重视,做好清洁,必要时应及时就诊。

市民小王喜欢吃肉,前几天看着喷香的红烧肉却不敢下筷,原因是只要咬一口就会感觉牙龈肿胀、疼痛难忍。小王以为自己的牙出了什么大问题,去医院口腔科一查,医生却告诉他只是塞牙了。“塞牙并不是小事,嵌塞在牙缝里的食物残渣会不断刺激牙龈,造成牙龈萎缩,牙龈萎缩发展到后

期是不可逆的,导致牙缝越来越大,牙缝越大越容易塞牙,从而形成恶性循环。”淮安经济技术开发区医院口腔科医生张卓说,牙龈萎缩过去常见于老年人,现在越来越多中老年人也开始“中招”,而牙龈萎缩是造成塞牙的主要原因之一;此外,牙齿的缺失、错位或位置不正,牙缝部位出现龋坏等都容易导致塞牙,长时间塞牙可能会发展成牙周炎,最终造成牙齿松动或脱落。那么牙龈萎缩是什么原因导致的?张卓介绍,除年龄因素外,牙周炎症、牙齿错位都会造成牙龈萎缩。一些人日常刷牙时过于用力,或是使用

特别硬的牙刷,长期如此会使牙龈受到不良刺激,也会导致牙龈萎缩。

张卓提醒,很多人早期出现塞牙症状时并没有感觉,等感觉到时往往已经造成牙龈萎缩了。要预防此类问题的出现,平时就要养成良好的口腔卫生习惯,勤刷牙、勤漱口,同时掌握正确的刷牙方法,避免使用过硬过大的牙刷;如果感觉到塞牙了,要及时使用牙线、冲牙器等解决;如果出现缺牙或牙列不齐等情况,应尽快前往口腔科诊治。

■融媒体记者 傅婷婷



连日来,我市各县区开展春季增殖放流活动,以鱼护水,进一步维护水域生态环境,增强公众保护渔业资源和生态环境的意识。图为日前,清江浦区人民检察院、市公安局清江浦分局及清江浦区农水局在二河武墩大桥处联合开展鱼苗放流活动。

■融媒体记者 王昊 通讯员 吴璐珠

多年老店 值得信赖 回收老酒、冬虫夏草

回收:茅台、五粮液、剑南春、郎酒、董酒、汾酒、西凤、洋河、洋河大曲、洋河普曲、敦煌大曲、高沟、汤沟、口子、双沟、泸州老窖、古井贡酒、沱牌曲酒、全兴大曲、天之蓝、梦3、梦6、国缘、国窖1573、红花郎、青花郎、水井坊、郎1956、郎1898、郎110周年纪念酒、茅台迎宾酒、茅台王子酒,各种老药酒,老药丸,各种地方杂酒,各种大批库存老酒。

回收:各种钱币、纪念币、连体币、老银元、1角、2角、5角各种分币都收。

上门电话:张先生 15861789511
地址:清江浦区解放东路49-6号优久陈年老酒馆