

糖蒜酸甜可口,解腻祛腥,助消化

新蒜上市,腌制糖蒜正当时

记者 张汉杰 文/图

常言道,不时不吃。这句话的意思是四季不同时间吃当季的菜肴对身体来说最健康。5月8日,记者走访市区部分菜市场时看到,众多时令蔬菜争相登场,整体菜价有所下跌。

吃豆胜过吃肉,健脾祛湿保健康

虽然5月6日已经立夏,但受冷空气影响,近日市区气温不升反降,骑车出门凉飕飕的。在市区白庙后街菜市场,菜贩赵秀琴占了一处摊位,专营五谷杂粮。5月8日7时许,赵秀琴骑着电动三轮车从郊区赶到摊位,摆好摊子,站在一旁叫卖起来。

赵秀琴销售的五谷杂粮有20余种。据她介绍,立夏后,绿豆卖得比较好。“东北的绿豆,好煮得很,10多分钟就能煮开花。”见有顾客上前询问,赵秀琴忙推销起来。

“怎样挑选绿豆?”记者主动上前搭讪。“优质的绿豆颗粒饱满、均匀,闻起来有股清香味儿。劣质的绿豆色泽暗淡,大小不均,饱满度差,破碎多,有霉变等不正常气味。”根据10多年的从业经验,赵秀琴向记者和顾客讲起了挑选绿豆的方法。

“多少钱一斤?”一些顾客有点心动。“不还价,每公斤12元!”赵秀琴说,这个价格比较低。与商场、超市相比,她的绿豆每公斤便宜了1元钱。

据了解,大多数豆子都有健脾祛湿的功效。夏天吃豆胜过吃肉,有利于祛除积在体内的湿气。绿豆、赤小豆等偏凉的豆子,还有解毒清热的作用。

用新蒜腌制糖蒜,好吃开胃

记者当日在市区多个菜市场看到,不少菜贩在叫卖新蒜,每公斤约4元。新蒜上市,意味着腌制糖蒜的时节到了。当日10时许,在市区光明路惠泽农贸市场,记者遇到了正在选购新蒜的赵玉妮。每到新蒜上市,她都会买上几公斤腌制糖蒜。

她告诉记者,糖蒜酸甜可口,解腻祛腥,助消化。错过了腌制糖蒜的时节就要再等一年。所以,每年这个时节,她都会精心准备腌制糖蒜。

赵玉妮腌制糖蒜的方法是跟她母亲学的,用这个方法腌了30多年。她说,腌制糖蒜不复杂,根据个人口味,可用白糖、白醋腌制,也可用红糖、香醋腌制。白糖、白醋腌制出来的糖蒜颜色发白,红糖、香醋腌制出来的糖蒜颜色发红。赵玉妮喜爱用红糖、香醋腌制糖



5月8日,市民在市区白庙后街菜市场选购新蒜。

蒜。首先,准备好新鲜大蒜,剥去表皮;准备适量凉白开水,加入盐,搅拌化开;将剥好皮的蒜放入盐水里浸泡一两天,然后捞出控干水;锅里烧水,放入红糖、香醋,煮至红糖全部化开;将坛子消毒清洗、擦干净,放入蒜;待煮好的糖醋汁放凉后倒入坛中,盖好盖子,坛沿儿里倒入纯净水密封好,两三个月后糖蒜就腌制好了。

赵玉妮说,蒜的大小与腌制时材料的配比会有差异,所以半公斤醋、半公斤糖分次调制糖醋汁,只要糖醋汁没过大蒜即可。因为大蒜已经用盐腌过了,所以糖醋汁中不用再放盐;坛子放在阴凉干燥处,坛沿儿的水少了要及时添加,定期开盖放气,再密封好即可。

端午尚早,粽叶开卖

离端午节还有一个月时间,市区文化路菜市场已开始弥漫粽叶的清香。记者发现买粽叶的大多是中老年人。在一个卖粽叶的摊位前,市民杨晓丽正在细心挑选新鲜的粽叶。

“一年就过一回端午节,肯定不能马虎,每年我都买最好、最新鲜的粽叶。买的粽叶有四指宽才行,这样才能包出饱满的粽子。江米要提前泡好,鲜粽叶在包粽子前要用清水煮一下,这样包出来的粽子既美味可口又干净放心。”杨晓丽说,对于如何保存粽叶,她的经验是将粽叶放入冰箱中冷冻,需要用的时候取出来用热水一烫,味道和刚买的一样清香,而且烫过的粽叶在包粽

子的时候不易开裂,以前常用的晒干储藏方法很容易造成粽叶香味儿流失、韧度降低。

相关链接 5月8日 市区部分菜市场菜价

胖东来生活广场:菜心,6.6元/公斤;生菜,2.2元/公斤;紫甘蓝,3元/公斤;萝卜缨,5.8元/公斤;西葫芦,2.8元/公斤

毓秀农贸市场:胡萝卜,6元/公斤;土豆,5元/公斤;芹菜,4元/公斤;黄瓜,4元/公斤;水芹,7元/公斤

文化路菜市场:花菜,5元/公斤;生菜,1元/公斤;洋葱,3元/公斤;茼蒿,6元/公斤;蒜苗,5元/公斤

光明路惠泽农贸市场:苦瓜,10元/公斤;菠菜,4元/公斤;莴麦菜,5元/公斤;勾菜,4元/公斤;丝瓜,6元/公斤

白庙后街菜市场:土豆,5元/公斤;西葫芦,2元/公斤;香菜,9元/公斤;白萝卜,2元/公斤;蒜薹,3元/公斤



消除缺株断档问题 提升城市绿化水平

本报讯(记者 张铮 通讯员 徐文明)5月7日,记者从市数字化城管中心了解到,“数字城管”开展了绿化缺株断档专项采集,有效提升了城市绿化水平。

据了解,自3月1日起,市数字化城市管理中心在城区持续开展绿化缺株断档专项采集督导活动,及时修复草木枯死、缺失等各类绿化问题,改善城市环境。按照网格化管理要求,其对辖区绿化带缺株断档、绿地缺失、黄土裸露、行道树和绿化树木枯死、折断、病虫害等问题,进行了多轮次的巡回排查,全面采集上报,确保问题采集无遗漏、无死角。

同时,“数字城管”对责任单位案件完成情况进行严格把关,一律实地核查验收合格后再予以结案“销号”;对已结案案件“跟踪问效”,定期对补栽补植的苗木成活情况开展“回头看”,对没有成活的进行重新立案派遣,直至补植成功。

目前,“数字城管”共采集各类绿化缺株断档问题2721件,结案2113件,有效提升了城市绿化水平。

专项检查养老机构 发现隐患限期整改

本报讯(记者 樊倩影 通讯员 邢晓玲)5月7日,魏都区民政局、魏都区应急管理局、魏都区消防救援大队、魏都公安分局、原市食品药品监督管理局魏都分局、魏都区住建局和相关街道办事处联合行动,对辖区存在重大安全隐患的养老机构开展了专项检查执法行动。

执法行动中,联合执法组根据行业标准对辖区内的健康老年公寓、安康敬老院、阳光敬老院、康乃馨老年公寓、文昌老年公寓、温馨老年公寓共6家养老机构进行了严格检查,重点检查了消防设施配备情况、食品安全、养老场所建筑布局、电线私搭乱扯、大功率电器、散煤、液化气违规使用、彩钢瓦房违规建设等情况。他们发现这6家养老机构目前均存在着未安装自动喷淋系统、未设置火灾自动报警系统、食堂卫生就餐环境极为恶劣、场所内应急通道堵塞、电线私拉乱扯等重大安全隐患,极易发生火灾、食品安全等事故。他们对这6家存在重大安全隐患问题的养老机构依法依规下达了整改通知书,责令其限期整改。下一步,他们将根据整改情况对其采取相应的处罚措施。

房地产拍卖公告

我公司接受委托,现定于2019年5月17日上午10时在我公司拍卖大厅召开拍卖会,依法对中国农业银行股份有限公司许昌分行的1处房产、禹州市支行的2处房地产进行公开拍卖。现将有关事项公告如下:

一、拍卖标的:

1.位于许昌市文峰路135号1—5层建筑面积约2361.6平方米的综合楼(许昌市人民政府印发契证〔契字915694号〕复印件),起拍价为923.6万元。2.位于禹州市郭店镇郭西村003县道与016县道交叉口向西500米路南的房地产(土地面积约1644.00平方米,房屋建筑面积约735.22平方米)。土地证号为禹国用

(2009)第12-0150号,地类(用途)为商务金融,使用权类型为国家作价出资,终止日期为2048年12月。房产证号:禹州市房权证禹房字第035091号。起拍价:86.13万元。3.位于禹州市文殊镇文殊村(文殊剧院东南)燕磨路与镇区小路交叉口向西100米路北的房地产(土地面积为806.00平方米,房屋建筑面积为486.81平方米)。土地证号为禹国用(2009)第15-0155号,地类(用途)为商务金融,使用权类型为国家作价出资,终止日期为2048年12月。房产证号:禹州市房权证禹房字第035085号。起拍价:51.89万元。

二、标的自公告之日起在标的所在地公开展示。

三、请有意竞买者在考察、咨询清楚后,于2019年5月16日16时前,持有效证件和竞买信誉保证金(履约金)人民币

20万元,1号标的200万元(以实际到账为准,若不成交,在5个工作日内无息退回),到我公司办理报名登记手续。

注:一个竞买号牌只能竞得一个标的。

四、特别说明

本次拍卖的所有标的面积数均来源于河南恒立资产评估事务所出具的《资产评估咨询报告》和河南立信房地产评估咨询有限公司出具的《房地产估价报告》或证载面积。拍卖成交后,实际面积以相关职能部门实际测绘为准。若与实际面积不符的,买受人不得以此为向委托方、拍卖人提出退还差额面积或其他补偿,委托方、拍卖人均不承担由此产生的一切损失和法律责任。

五、瑕疵说明

1.本次拍卖的1号标的无房产证,但有许昌市人民政府印发契证(契字915694

号)复印件、河南省许昌市中级人民法院经济调解书([1997]许法经一初字第15号)、河南省许昌市中级人民法院经济判决书([1997]许法经一初字第16号)。拍卖成交后,委托方提供以上资料及相关过户手续,由买受人到相关部门自行办理过户手续,所需费用由买受人全部承担。

2.本次拍卖的全部标的,委托方仅提供办理过户所需的相关手续,委托方、拍卖人均不承担买受人因无法过户所造成的损失和因此产生的一切法律责任。

联系地址:许昌市新兴路东段路南。咨询电话:0374—8307588、15936358889、13782273527。

网址:www.xcpmh.com

工商监督电话:0374—3178755。

河南阳光国际拍卖有限公司
2019年5月9日