围炉煮茶:一半烟火 一半清欢

早在宋朝,便有三五好友吟诗作赋,环坐围炉煮茶,茶叶经过碾碎、烹煮、搅拌、滤汁后,将茶汤注入茶盏里饮用,再搭配些茶果点心,好不惬意。

小雪过后,天气逐渐冷了起来,各大社交平台上的人们也开始围炉煮茶,或自备茶具,或前往茶馆,生火煮茶,烤上地瓜、橘子、板栗、桂圆、红枣……热腾腾的炉子更是给冬日的午后增添了几分雅意。

火炉、热茶加上各种水果点心,为冬日增添一份暖意。 王心如 摄

喝一口冬日暖意

步入天井院,各种精心摆放的花草,或浅色或深色的竹制桌椅和摆件,散发着浓浓的中式风。"我们店开了两个多月,中午12点开始营业,下午3点开始,人就多了起来,包厢有软座、硬座,也有大天井、小天井等,一直到凌晨三四点还有客人来。"老板陈小军表示,"周一到周五就可以提前预约,现在我们已经在大众点评收藏榜排第一位了。"预约者多的时候,陈小军会根据实际情况安排好客人到店时间,尽量不让店里过于喧闹。

"围炉煮茶"已成不少市民周末放松的新选择,在周末闲暇时,邀三五好友围着茶炉,放上柿子、橘子,烤上板栗、地瓜,顺便把包里随身携带的棉花糖、小面包,午餐剩下的迷你肠、年糕也放至铁丝网盘上,聊天之余,静候一杯热茶就是最好的慰藉,等香气扑鼻,共享美味。

"约好友喝喝茶、聊聊天,不论是布置场景,还是煮茶、品茶都是很开心的事情,用这种方式营造自己的慢生活挺好的。"市民张思思告诉记者,"双11"她为自己添置了一套茶具,"最近周末都会约朋友来家里煮茶,烤各种东西,很温暖、很惬意。"

寒潮将至也成为围炉煮茶走红的催化剂,壶中的"茶"可以是咖啡、奶茶,也可以是红酒,"万物皆可煮"的当下,围炉煮茶被玩出新花样。而在各大电商平台上,侧把壶、炭炉、木炭、分茶器等围炉煮茶家用相关商品的销量也水涨船高。以淘宝为例,侧把壶售价在几十元到几百元不等,一款售价为109元的侧把壶月销量在5000件以上;炭炉的价格也在几十元至几百元不等,一款老式木炭炉月销量超8000件。

添一份生活雅意

"越来越多的年轻人开始喝茶了,围炉煮茶也是顺应时下兴起的饮茶新趋势。"正在101公馆茶三提与好友围炉煮茶的市民江红说,"很多女孩子会和朋友约个下午茶,到店拍照、打卡,再发布到社交平台上,我今天也准备了一些拍照的道具。"为了更好出片,江红还在桌上放置花瓶、围棋、团扇、灯盏等进行装饰。

记者在小红书上搜索"围炉煮茶"话题,"小红薯"晒出来的围炉煮茶精致又优雅,让人忍不住想立刻来一场好友围炉茶会;在微博上,"年轻人为什么喜欢围炉煮茶""冬日围炉煮茶的快乐真的很难拒绝""围炉煮茶把秋日氛围感拉满了"等话题也引发网友热议。

相对于单纯的"饮茶",围炉煮茶吸引人的更多是氛围,除了茶壶之外,搭配的零食、中式糕点、时令水果也必不可少,围炉煮茶的兴起也带火了茶馆、奶茶店等,糖仓、壹念间茶空间、美好有你、三宅还推出了团购套餐,包含干果、水果、地瓜、棉花糖、果茶等。

春日露营,秋日煮茶给市民节假日提供了新的放松方式,不妨加入围炉煮茶的行列,让一切慢下来,静静享受假期时光。

■本报记者 王心如

保健食品监督抽检 26批次全部合格

本报讯(记者 林 露)近日,为加强对老年人、婴幼儿食用的保健食品等特殊食品的监管,保障"一老一小"饮食安全,市市场监管局以创建国家食品安全示范城市为契机,开展保健食品专项监督抽检。

自专项活动开展以来,共出动执法人员76人次,检查了沃尔玛百货、新华都百货、永辉超市、片仔癀药业、康佰家医药、杏春堂医药、鹭燕大药房、聚善堂等大型商超和医药连锁门店19家次,共抽检28批次保健食品,包括褪黑素、蛋白粉、鱼油、常润茶等24种常见品种,目前已完成26批次检测,检验结果均为合格。

市市场监管局抽检科负责人介绍,本次保健食品专项监督抽检,突出三个"重点"进行针对性强化:一是以消费热点为重点。把我市消费者使用较多的保健品种确定为本次抽检的重点,主要包括提高免疫力/缓解体力疲劳类、改善胃肠道功能(润肠通便)、辅助降血糖、改善睡眠、辅助降血脂、减肥类、促进消化等7类保健食品。

二是以监管要点为重点。采取"四不两直"的方式,对我市商超、药品连锁门店等保健食品主要经营场所,开展突击式检查和抽检。从保健食品的分类管理、采购验收等方面进行全方位检查,对规范经营,票据齐全的企业减少抽检批次;对经营不规范,履行进货查验不完善的企业加大抽检力度。

三是以危害程度为重点。根据保健食品常见不合格项目的危害性确定检验重点,重点抽检保健品是否违法添加西地那非、西布曲明、麻黄碱、酚酞、芬氟拉明、格列本脲、罗通定等药品成分,铅、总砷、总汞等重金属污染物是否超标,以及菌落总数、大肠菌群、霉菌和酵母、金黄色葡萄球菌、沙门氏菌等微生物指标。

市市场监管局提醒,保健食品属于特殊食品,具有调节机体的作用,但不是药物,不能治疗疾病。消费者应从正规的商场、超市、药店等经营单位选购保健食品,并索要发票或销售凭据。不要参加任何以产品推销为目的的"健康讲座""免费体检""专家义诊""低价旅游"。切勿通过传销和会议销售等途径购买保健食品。选购保健食品要认清、认准产品包装上的保健食品标志(蓝帽子)及保健食品批准文号。

值得注意的是,消费者要严格按照产品标签说明书规定的适用人群和食用量食用。同时,保健食品不含全面的营养素,不能代替其他食品,要坚持正常饮食。

采价日期:11月29日9:00-11:00 计量单位:元/500克

品 名	新华都	大润发	沃尔玛	延通市场	北桥市场	东岳市场
绿豆	5.38	7.80	5.98	6.00	8.00	7.00
猪精瘦肉	19.8	24.80	28.80	25.00	24.00	25.00
带皮后腿肉	13.98	23.80	18.80	20.00	16.00	16.00
排骨	32.8	43.80	45.80	40.00	38.00	37.00
牛腱子肉	53.98	65.80	/	55.00	50.00	53.00
牛腩	46.8	52.80	/	50.00	45.00	50.00
白条鸡	12.58	12.60	/	14.00	13.00	14.00
鸡场蛋	6.98	6.99	7.50	7.50	8.00	6.80
鸭蛋	8.98	7.60	8.90	8.00	8.00	8.00
冻带鱼	24.98	23.80	/	20.00	23.00	20.00
草鱼	10.98	12.80	10.90	10.00	10.00	10.00
白鲫鱼	19.98	19.80	21.90	15.00	15.00	14.00
芹菜	3.58	3.98	8.98	6.00	5.00	6.00
黄瓜	2.58	7.58	3.99	4.00	4.00	4.00
萝卜	0.88	1.78	0.99	2.00	2.50	2.50
茄子	1.58	3.98	2.99	5.00	4.50	4.00
大白菜	0.98	1.58	1.99	3.00	3.00	2.50
上海青	1.68	3.68	4.98	4.00	4.00	3.50
空心菜	2.98	4.78	5.98	5.00	4.00	4.50
西红柿	3.58	3.98	6.58	5.00	5.00	5.00
胡萝卜	1.98	3.48	2.98	3.00	3.00	3.00
花菜	1.68	2.98	3.99	3.00	3.50	3.50
油菜	2.98	4.28	4.98	4.00	4.50	4.00
富士苹果	5.98	7.98	8.98	8.00	7.00	7.00
鸭梨	3.98	5.99	3.99	6.00	6.00	6.00

(漳州市发改委提供)

备注:以上信息仅供参考。更多市场行情请登录"漳州菜篮子" http://www.zzclz.com

天冷了 来碗热乎的水饺吧

"冬至不端饺子碗,冻掉耳朵没人管。""送行的饺子迎客的面。""好吃不过饺子。""喝了饺子汤,胜似开药方。"……水饺,吃法百搭,寓意美好,各种节日都少不了它,堪称北方人舌尖上的"白月光",大有成为食物界顶流的趋势。

中午时分,位于市区元江路的真饺子开始热闹起来,不断有人进门点单。新出锅的水饺装满盘子,飘着淡淡的白烟。"好吃吗?"市民吴女士问,坐在一旁的女儿顾不得烫,夹着一个鲅鱼水饺往嘴里送,四溢的汤汁刺激着上牙膛,只能含混地回应:"很好吃!"

漳州专属大肠水饺

海鲜水饺中,鲅鱼水饺绝对是扛把子,在真饺子,鲅鱼是从大连空运而来的。"大连的鲅鱼油脂更多,做饺子馅更加鲜美。"真饺子创始人孙宝印介绍道,不只是鲅鱼,海肠、蟹、虾……各种水里的生物都能包到饺子皮里。

不过对于漳州人来说,更熟悉的是家常水饺,韭菜猪肉、白菜猪肉、西葫芦鸡蛋、鲜虾玉米、牛肉圆葱、茴香猪肉……各种搭配来者不拒。东北饺子的灵魂是酸菜,大缸腌出来的大白菜酸爽够劲,在家常水饺中,酸菜猪肉水饺是大多数人的心头好。

饺子皮里还能包什么?"来漳州的这两个月,为了品尝各种小吃,我到过漳州的各个县区,发现漳州人很喜欢大肠。早上吃豆花、锅边糊、卤面等等,基本上每个到店的人,都会和老板说要放大肠。"孙宝印告诉记者,"确实,大肠很神奇,也很百搭,我突发奇想,把大肠包到水饺里,搭配潮汕酸菜。"孙宝印以祖传的大连风味水饺秘方为基础,根据当地人的饮食习惯及口味加以改良,把传统北方水饺的皮厚、咸、香、腻,改良为更适合南方的皮薄、清淡、鲜香、爽滑,目前已在厦门、泉州、珠海等地开设十几家直营店。

在真饺子,肥肠酸菜水饺受到不少市民的喜爱。"看到单位附近开了新的饺子店就进来看看,点了老板推荐的肥肠酸菜水饺,也就是大肠水饺,味道很不错,连续来两天了。"市民杨先生吃完水饺,还打包一份带回去给家人。

你想要的酱这都有

"老板,我要酸菜猪肉水饺,再来一份大拌菜。"中午1点,依然陆陆续续有市民到店里点单,并到小料区自己制作蘸料。在小料区,不仅有常见的蒜蓉、酱油、醋、辣椒油,还有漳州人喜欢的沙茶酱、花生酱等。

"蘸料有很多种,喜欢醋的话可以加点这种饺子醋。不过,俗话说'吃饺子不吃蒜,香味少一半',我们的腊八蒜比较特别,很多不吃蒜的人也能接受,您可以尝尝看。"真饺子漳州店负责人陈浩热情地帮市民装了一小碟腊八蒜,"其实真饺子在全国大多数门店并没有沙茶酱这类蘸料,根据漳州人的喜好,才将其加入小料区。不只是这些,我们店里很多菜品都根据漳州人的口味调整过。"

在中国的饮食传统中,一直有"原汤化原食"的说法,真饺子店也为客人供应饺子汤。"从营养角度来看,饺子的综合指标很好,有肉有菜有淀粉,营养元素均衡,饺子汤搭配还能帮助消化。"陈浩说道。

透过亮堂堂的玻璃围挡,师傅正在和馅儿、包饺子,并倒进早已准备好的大锅里,不一会,白白胖胖的饺子在锅里飘起来,拉满了冬日的氛围。

饕餮世间味,最是此物鲜。寒潮来临,愿正在为生活奔波的你,能抽空吃上一碗热气腾腾的水饺。

■本报记者 王心如

师傅正在将各色馅料包进饺子 王心如 摄

蒟蒻制品受欢迎 一个提醒请收好

部分蒟蒻果冻宣称"0脂0糖0卡0色素"(资料图片)

随着年轻消费群体的需求从"方便好吃"变成"健康营养",许多品牌精准把握市场动态,通过技术研发和创新迭代,为消费者提供增加了健康、营养、无添加等标签、符合健康需求和饮食习惯的优质零食,加入健康食品这条新赛道。近来,蒟蒻(jǔ ruò)果冻因其低卡零脂、口感爽滑的特色,受到不少消费者青睐,成了不少人必囤的零食之一。

口味多样 零脂低卡

"零食柜里什么都可以没有,但是必须得有蒟蒻果冻。"市民怡雯表示,姐妹们给她分享了一袋果冻,而她一吃便爱上了这款产品。它们既有果冻的口感,又是低脂低卡,还能搭配牛奶、气泡水等,制作成果味饮料,替代下午茶,好吃不怕胖。

在市区大润发、新华都等商超里及名创优品,主打"低卡""零脂肪"的蒟蒻果冻被放在休闲食品区域的显眼位置,许多消费者将其放入购物车中。在口味上,蒟蒻果冻除了香橙、草莓、葡萄、水蜜桃等老口味,还有白桃乌龙茶、百香果绿茶、青梅、山楂、荔枝樱花等新口味。有的蒟蒻果冻在此基础上添加了维生素、益生元、胶原蛋白肽等营养成分。价格上,蒟蒻果冻比其他果冻价格稍高。例如,喜之郎CiCi果汁果冻爽(香橙味),每只2.5元,同品牌蒟蒻果冻爽(香橙味),每只3.1元。

记者查看了喜之郎、徐福记、洽洽等品牌的蒟蒻果冻,从营养成分表中可以看出,这些果冻的脂肪含量均为0g/100g,能量大多在200~300kJ/100g,而明确标明了"低卡"字眼的果冻,能量约130kJ/100g。其他普通果冻的能量含量则要高一些,大多在200~400kJ/100g。

蒟蒻虽好 不宜过量

蒟蒻这个词有些生僻,其实就是魔芋。魔芋的食用历史非常悠久,早在两千多年前就已开始种植。魔芋含有丰富的膳食纤维、蛋白质及氨基酸、矿物质、生物碱等多种营养成分,拥有丰富的保健功能,可以预防和治疗便秘、调节脂质代谢、改善糖代谢,是世界卫生组织确定的十大保健食品之一。

魔芋的"减肥"功能,是因为其含有的葡甘聚糖的吸水性强,2~3克魔芋粉与水接触后即可膨胀至200克左右,使人体产生很强的饱腹感,这会减少其他食物的摄入,以达到减肥的目的。因此,蒟蒻果冻相对普通果冻而言,更健康营养,也符合消费者低脂低热量的休闲食品消费需求。以魔芋粥、魔芋面、魔芋粉为代表的魔芋制品也颇受消费者欢迎。

值得注意的是,魔芋制品是食品,不是药品,并不具备减肥的功效,只能提供饱腹感,过量食用容易引发胃胀、消化不良等症状。同时,魔芋是一种全株有毒的植物,不可生吃及随意采摘,经过一定的加工才能食用,建议从正规渠道购买已加工处理过的魔芋产品。

■本报记者 林 露

便利店特调为什么会火

没有精致的包装,也没有专业的调酒手法,更没有优美的环境,只是一个简单勾兑组合,就让便利店调酒火遍全网。

便利店调酒所需的材料很简单,只需一瓶基酒和无酒精饮料即可实现。记者走访市区多家便利店看到,新南丰、见福等便利店货架上摆放有哥顿、绝对等知名品牌的小包装款基酒,容量一般是50ml,适合用于自助调酒,价格在15~40元之间;而美宜家便利店内仅有江小白较适合用于自助调酒。无酒精饮料方面,各家便利店都有超多品类。

调酒方式也同样简单。选择好自己喜爱的饮品,在饮品包装上开一个口,再将一瓶小包装的基酒倒进去,摇一摇,晃一晃,一杯便利店特调就完成了。如果你还想要更多花样,那可以再看看便利店的冰柜里有什么,冰淇淋、冰球等零食均可加入其中。当然了,便利店调酒也有缺点,在口感上肯定与专业调酒师调制出的有差距。但价格摆在那里,与酒吧里一杯近百元的鸡尾酒相比,便利店调酒的性价比还是比较高的。

"柠檬茶配伏特加、西柚汁配威士忌、可乐加朗姆酒……各种搭配都见顾客买过。"市区民主路见福便利店工作人员小陈介绍道,"不过在便利店调酒中,卖得最好的要属柠檬茶,它与威士忌、野格、伏特加等基酒搭配组合,都能产生不错的口感,柠檬的清新与酒的刺激在口腔中碰撞让人神清气爽。"

除了可以在便利店里自助调酒外,也有些商家仿照这一模式开起了新型酒吧。在市区天下广场,以自助调酒为卖点的yogao冷饮铺门庭若市,20余种基酒可供顾客选择,人均在30~40元左右。为了防止顾客踩雷,工作人员会根据顾客选择的无酒精饮料进行推荐,且调制过程均由工作人员完成。

最后,还是要提醒大家,便利店调酒再好喝,也要适可而止。

■本报记者 闫 锴