

快要入伏别怕热 吃羊肉为肠胃驱寒



位于水城路上的一家羊肉店外伙计正在切着羊肉。

本报记者 丁嘉摄

在大多数市民看来,羊肉是寒冬季节的养生佳品,不过,大伏天吃羊肉、喝烧酒也是上海一些郊区自古以来形成的传统饮食文化。近日,奉贤庄行、松江张泽等地的“羊肉节”已陆续开幕,市区一些羊肉面馆的生意也并未因季节原因而明显变差。记者了解到,由于不是销售旺季,目前市民们能在市场上买到的生羊肉大多为冷冻肉,如果想自己动手在家烧一锅,风味可能会受影响。

销量不佳 菜场只卖冷冻羊肉

昨天,记者走访了江湾凉城地区的多家菜市场,结果发现,进入夏天后,原本不少销售羊肉的摊位都已改换门庭。有些摊位虽然还挂着“羊肉专卖”的招牌,实际上也没有羊肉销售。

“羊肉又热又燥,夏天很少有人来买,这几个月我们是不进货的。”当记者询问起羊肉有没有卖时,丰镇菜市场内一个牛羊肉专卖摊位的摊主显得有些诧异。他表示,每到夏天,就只经营牛肉了。

记者随后在同一家菜场内找到了正在销售羊肉的摊位,不过摊主张先生称,现在销售的羊肉和冬天时有些区别。“现在卖的都是冷冻羊腿肉,30元一斤,吃起来和冬天卖的热气羊肉肯定不一样,要烧酥也得多花一些时间。”张先生表示,冷冻羊肉的价格本就比热气羊肉略低,自去年冬天以来羊肉也没有涨价,但在夏天,还是买羊肉切片回去涮火锅或

者做菜的顾客更多一些。

羊肉面馆老食客居多

记者从沪上多家羊肉面馆了解到,半年多来,羊肉类食品的价格并没发生变化,虽已是炎炎夏日,但仍有不少老食客会定期上门尝鲜。

“最近一次涨价是在去年年底,夏天吃羊肉的人少,不会挑这个时候涨价。”万安路上一家羊肉馆的店主表示,夏天羊肉的销量大约为冬天的一半。记者了解到,现在各家羊肉面馆白切羊肉的价格在一斤55元到70元之间,一碗羊肉面的价格则在20元上下。

浦东成山路上的一家羊肉面馆的工作人员则称,近期来吃面的大多是熟客。“老食客们都表示,吃完羊肉面后出一身汗,其实有着一种特别的爽快感。”

庄行、张泽“羊肉节”开幕

夏天吃羊肉看上去是一种“反季节”的行为,实际上,在上海的一些郊区,“吃伏羊”是一种自古以来就有的饮食文化,奉贤庄行的伏羊节和松江张泽的羊肉节都已近日开幕。

奉贤庄行的伏羊节今年已是第四届,当地的羊肉烧酒习俗是上海非物质文化遗产项目之一。

今年的张泽羊肉节则从夏天一直持续到10月初,食客们除了一饱肥美的羊肉外,还可以在当地的农家乐体验垂钓、采摘等原生态生活。

记者 陈臻

专家说法 夏天吃羊肉可为肠胃驱寒

“很多人都认为羊肉只适合冬令进补,其实夏天吃羊肉也有不少好处。”长征医院中医科主任秦志丰表示,古人有“春夏养阳,秋冬养阴”的说法,热性的羊肉正好可以用来“养阳”。

秦志丰表示,由于天气炎热,很多人在夏天比较爱吃生的蔬菜瓜果或冰镇饮料,久而久之脾胃就容易受寒,出现食欲下降、头晕乏力

等症状。这些人如果适时吃些羊肉,可以起到“驱寒祛湿,保护胃肠”的效果。不过,体质本就偏热,容易上火的人和肝炎病人就不适宜食用羊肉。羊肉也不宜与茶水、醋等同食,因为茶水中的鞣酸会与羊肉中的蛋白质生成鞣酸蛋白质引发便秘,醋则适宜与寒性食物搭配,与羊肉同食会影响其温补作用。

你可能感兴趣的

百安居、好美家等有售不合格水龙头

记者 王婧 提醒:近期,市质监对本市生产和销售的水嘴(俗称水龙头)产品质量进行专项监督检查。抽查的74批次产品中不合格的有26批次。包括好美家、百安居、城大等知名建材销售商家都有售不合格水龙头。

抽查中发现有20批次产品“管螺纹精度”不合格,如百安居(中国)投资有限公司生产的批号为103545909的B&Q“厨房龙头项目”不合格。

14批次产品的“盐雾试验”不合格。上海

百安居建材超市有限公司沪太店销售、台州雅迪水暖器材有限公司去年6月11日生产的“雅迪水暖”“台盆龙头”、“盐雾试验”和“管螺纹精度”均不合格。

5批次产品“浸泡水铅析出量”不合格。上海格恩洁具有限公司生产并销售的“格恩”“台盆龙头(8011, DN15, 单柄双控)”、“盐雾试验”、“管螺纹精度”、“铅”三个项目均不合格。此外,还有一批水龙头的流量、手柄扭力矩、安装长度等项目不合格。

次不合格,为上海豪瀚食品有限公司分公司去年8月29日生产的称量销售的鱼丸(生制品),不合格项目为菌落总数。

豪瀚“鱼丸”被检出不合格

记者 王婧 提醒:市质监局近期组织相关质检机构对本市生产领域的速冻调制食品进行了专项监督检查,抽查的27批次产品中1批

“夏”不倒

昨天那场“很man”的雨今天可能重演

记者 俞韩岭 提醒:昨天15点至17点的申城,颇有几分“山雨欲来风满楼,黑云压城城欲摧”的意思。从太湖自西向东影响本市的强对流云团,在全市大部分地区撒野。虽然狂风暴雨下得痛快,倒也收得干脆,昨晚的夜空以多云为主。今天和昨天类似,或许午后相同戏码又将返场。周末两天倒与这两天不同,长时间的绵绵细雨将代替这两天的短时强降雨。

昨天市区最高温35.3℃,成为今年第十个高温日,也预示着大气聚集的不稳定能量又将在短时间内爆发。昨天下午14点56分,上海中心气象台同时发布雷电黄色预警信号及大风蓝色预警信号,预计太湖附近强对流云团自西向东移动,能量逐步加强,将带给本市一场“很man”的降水。降水虽强,但分布不均,主要集中在宝山、嘉定和浦东地区,从昨天15点至17点显示此三地两小时累积雨量分别为19.4毫米、14.8毫米和15.3毫米,接近强降水标准,但市区相对较少,徐家汇只有5.6毫米。

昨天16点56分,中心气象台解除大风、雷电预警。

气象部门预计,今天天气和昨天类似,也有出现午后雷阵雨的可能,且气温相比昨天稍有回落,但因气压低、湿度大,“桑拿天”感不会消减。

明后天即是周末,但雨水“绵绵无绝期”的可能性很大。孔春燕说,和强对流天气有很大不同的是,双休日出现明显降水主因是雨带再次南压,范围较广,持续时间较长。唯一安慰的是周末气温不会太高,预计最高温在32-33℃附近,最低气温在26℃上下。

今天 多云午后 雷阵雨 27℃~34℃	明天 阴到多云 有雷阵雨 26℃~33℃	后天 多云到阴 有时雷阵雨 26℃~32℃
------------------------------	-------------------------------	--------------------------------

相关链接 浦东发布重点区域最高气温预报

本日起至8月底,浦东气象局将发布重点区域最高气温预报。除世纪公园本站外,还选取了浦东机场、惠南、南汇新城3个气象站点信息,为公众提供精细化的气象服务。具体发布时间为:7月1日至8月31日(容易出现高温的两个月)在

今明预报后,上下班预报前增加重点区域今天(5时、11时)及明天(17时)最高气温预报。以7月11日5时站点气温为例,世纪公园本站的最高气温34℃,而重点区域的最高气温:惠南33℃、浦东机场33℃、南汇新城32℃。 记者 顾卓敏

卡西欧手表向广大消费者提供真伪鉴别服务

2012年7月8日,中央电视台《每周质量报告》节目再次播出关于当当网销售假冒卡西欧手表一事,广大消费者和媒体非常关注。本公司特此声明,卡西欧是一个对消费者负责任的公司,因此为维护消费者权益,给广大消费者维权时提供方便,卡西欧免费为消费者提供卡西欧手表真伪鉴别服务,特此公告如下:

消费者如果怀疑自己购买的卡西欧手表为假货,可以自行从产品外观和功能上初步确认真伪。在初步确认后,消费者仍有疑问的,可联系卡西欧客户咨询中心预约真伪鉴别服务。联系电话:4007006655;工作时间:AM9:00 - PM18:00(周末及节假日除外)。

卡西欧客户咨询中心接受消费者预约后,请消费者携带卡西欧手表、购买凭证(发票)、钟表保证书或邮寄前述材料至卡西欧下述3大修理中心进行检测:

北京 北京市东城区王府井大街138号新东安广场2座1103室

电话:010-65157818

上海 上海市长宁区延安西路728号4楼C座

电话:021-62679566

广州 越秀区中山三路33号中华国际中心A1804室

电话:020-87304671

工作时间:AM9:00 - PM17:45(周末及节假日除外)

卡西欧向消费者提供的卡西欧手表真伪鉴别服务免费,但运费、交通费等由消费者自行承担。

修理中心经检测后,根据实际情况,针对假货可出具【商品技术确认书】。

特别提示:

1、为方便消费者维权,【商品技术确认书】上须明确该产品的购买渠道及维权人,故请消费者务必携带购买凭证(发票)及身份证明。

2、因修理中心人力限制,为避免消费者过长等待,卡西欧建议消费者先进行预约,预约电话:4007006655;工作时间:AM9:00 - PM18:00(周末及节假日除外)。

卡西欧手表是一种科技含量高的时尚用品,我们优先推荐消费者到正规授权网点购买我们的产品、当面接受我们的服务,以保障消费者的合法权益。具体正规授权销售网点信息可参考卡西欧官网:

http://www.casio.com.cn/support/sale/wat/index.html

卡西欧(广州)商贸有限公司
2012年7月13日