

石榴新鲜上市 有棱角的更甜



市民正在挑选石榴 本报记者 韩蕾 摄

本报讯(记者 韩蕾)“这个石榴跟这种有啥区别呀。”“一个是软籽的,一个是硬籽石榴。”“哪个甜些呀。”……昨晚,在浉河区东方红大道的某大型超市内,不断有市民在卖石榴的区域“逗留”,挑拣一番后,拿着石榴去称重。

记者在该超市看到,又圆又大的石榴满满地被摆放在果蔬区的显眼位置,市民一进入果蔬区就能看到,石榴品种较多,有突尼斯软籽石榴、云南软籽石榴、会理石榴、硬籽石榴等,价格也不同。硬籽石榴10元3个,云

南软籽石榴7.98元一斤,突尼斯软籽石榴较贵,每斤在10元左右。几乎每位在石榴区域挑拣的市民,都会买上一些。“家里孩子喜欢吃,石榴上市后我就会买些回家。”正在挑选硬籽石榴的一位市民对记者说,“这个石榴比较小,一次可以吃完一个,就多买几个带回家。”“我喜欢吃这种软籽的石榴,因为不用吐籽,吃起来也

方便。虽然这个石榴个头大,但是吃不完可以榨汁。”正在挑选云南软籽石榴的市民张女士说道。

那么如何挑选到新鲜好吃的石榴呢?超市工作人员向记者介绍,要看表皮是否具有光泽,如果光滑发亮,说明石榴新鲜;要看看石榴皮是否紧致饱满,如果表皮比较紧致的说明石榴新鲜品质好,如果是松弛的,那就代表石榴不新鲜了,不建议买;而且挑选石榴的时候最好不要选圆的,有点方方正正的石榴才更好吃。石榴虽然吃起来酸甜开胃,营养多汁,但是性质偏热,一次吃太多容易上火,市民不要多吃,石榴含有丰富的糖分,糖尿病患者也不能多吃。

最后,教大家一个剥石榴皮的小窍门:在石榴顶端横切一刀后去顶,再用刀顺着石榴的白筋在外皮上划几刀,注意刀口别太深。然后用刀尖轻轻把中间白色部分的内心划断,抽掉中间的白心。最后轻轻一掰,石榴就“开花”了,很容易就能取出石榴籽。



秋雨赶走“秋老虎”

本周双休日最高温度 29℃

本报讯(记者 韩蕾)俗话说,一场秋雨一场寒。昨日上午这场秋雨,会让你觉得秋天的气息忽然浓郁起来。本周双休日最高温度 29℃,我市市民可以外出感受秋天的气息。

记者根据市气象部门的天气预报了解到,本周末我市白天的最高温度都低于 30℃,而早晚的最低温度都在 20℃左右,昼夜温差在 10℃左右,市民早晚出门的时候最好随身携带一件薄外套,以备不时之需。

具体天气预报如下:9月11日(星期五),多云,29℃~19℃;9月12日(星期六),多云,28℃~20℃;9月13日(星期天),多云,26℃~19℃。

白露时节,秋风在降温的同时,把空气中的水分也吹走了,这种干燥的气候特点被称为“秋燥”。近期,日常补水非常重要,要定时喝水,不要等渴了再喝。皮肤的保湿也不能忽视,洗澡时间不宜过长,水温不能过高,尽量避免搓澡和使用去脂皂。

饮食宜清淡,但清淡并不意味着不吃肉,而是要合理搭配日常膳食,讲究食物的多样化,控制好蛋白质、脂肪、碳水化合物的比例。建议少油、少盐,避免过多食用辛辣调味品。



金秋家装季
空调选美的

万人空巷 再抢美的空调

老能效
7折起售



Midea



活动时间: 9月11日-20日

致:受疫情影响,3-4月份万人空巷未享受美的空调特惠的消费者!我们郑重决定:9月起万人空巷再抢美的空调震撼开启!

美的空调购机福利

订金倍翻

10元订金
抵
100元

套购直降

购无风感系列空调
一柜一挂 套购优惠 400元
一柜两挂 套购优惠 500元
一柜三挂 套购优惠 600元

新贵尊享

购无风感系列
送 10年包修金卡
10年包修金卡

劲爆机型强力推荐

大1.5P变频挂机 新一级能效 仅售 2199元

大2P变频圆柱柜机 新三级能效 仅售 3699元

大3P变频金属圆柱柜机 新一级能效 仅售 6999元