

又到秋冬令进补季,您是否也想尝尝“鲜”? 新鲜石斛、人参悄然流行

每到这个季节，喉咙干、嘴角起泡、咳嗽……各种秋燥症状纷纷冒出来。吃点百合、雪梨、萝卜润燥已经不算稀奇。最近，微信朋友圈里，不少人晒起鲜榨的石斛汁、新鲜人参煲的鸡汤。

记者 史妮超



药店工作人员展示刚从长白山运到宁波的长白山鲜人参。 记者 胡龙召 摄

鲜石斛可以嚼着吃榨汁喝

家住鄞州区的余女士是一位全职妈妈，平时没事就爱捣鼓一些创意食材。前几天，她在朋友圈看到一个朋友晒的早餐——新鲜石斛猕猴桃汁。“老底子，石斛一般都是晒干卷成一个小球，打磨成粉后，就着温开水口服。这种榨汁喝的方法，倒是很新鲜。”

记者了解到，相对于一些高档的滋补品，新鲜石斛的价格比较平民化，每克2~3元。在位于江东区百丈路上的一家滋补品商行，记者看到放在冷藏

货柜内的新鲜石斛，看上去像小竹子，捆成一扎一扎的，上面还带着青翠的叶子。

据该店负责人赵雪亮介绍，近年来，购买新鲜石斛的市民越来越多，每年7~10月是新鲜石斛的销售旺季，每月销量在15公斤左右。“新鲜石斛可以生吃，洗净后直接嚼着吃或者榨汁吃；也可以加红枣、枸杞等炖着吃，需要炖两个小时以上；入菜也是食用方法的一种，特别是煲汤时放上一两根。”

记者在采访中发现，

由于石斛品种繁多，普通市民在购买时很难辨别优劣。以铁皮石斛为例，就分为紫皮、红皮、青皮等。对此，业内人士提醒，可以通过以下两个途径来辨别铁皮石斛的优劣：一是看鲜条的长短，一般来说要求在20厘米以内，不要超过筷子的长度；二是折一小段鲜条在嘴里品尝一下，越好的鲜条在嘴里嚼时，黏稠感越强，残留在嘴里的渣越少。此外，脾胃虚寒、舌苔厚腻的人要慎用新鲜石斛。

长白山鲜人参“带着土卖”

以往，人参多以药用为主，近年来随着新鲜药材滋补的盛行，药食同源的新鲜人参也越来越多地作为一道菜肴出现在消费者的餐桌上。

昨天下午，在寿全斋百丈店内，一大批新鲜长白山人参刚刚到货。“以前物流不发达，宁波的消费者只能食用干人参，很少见到新鲜的。现在物流、冷链发达，吉林长白山上的鲜人参隔天就能空运到宁波。”该店有关负责人储伟军这样介绍。

记者看到，这些新鲜

的长白山人参并非“裸”着来的，而是包裹在一层湿土和青苔中，青苔外面还放着冰袋。储伟军告诉记者，这样做是为了保持新鲜人参的湿度和呼吸，以保证其不腐烂。

“宁波消费者对新鲜人参的接受度还是不错的，这批都是已经预订出去的。每天的销量在200根左右。价格从不到百元到上万元都有，有八九十元的园参，参龄6年的林下参要贵些，500元左右的还是价格实惠的园参，通常用来炖汤。”储伟军说。

记者在淘宝网上输入

“长白山鲜人参”，也弹出多个搜索结果。一款重量为35克左右的5年鲜人参售价64元，累计销售8000多笔。在商品介绍中，记者看到其宣传卖点为人参皂苷含量比同品种干参高27%。

对此，储伟军表示，由于新鲜人参未经加工，营养成分流失较少，人参皂苷含量确实比干参要高。但是新鲜人参的难点在于保存，保存不当易致腐烂。对此，他建议市民购买新鲜人参后，最好带着青苔和湿土，放在冰箱冷藏室，保持0℃~8℃，通常可保存40~60天。



相关链接

石斛 又名还魂草。喜在温暖、潮湿、半阴半阳的环境中生长，以年降雨量1000毫米以上、空气湿度大于80%的亚热带深山老林中生长为佳，对土肥要求不甚严格，野生多在疏松且厚的树皮或树干上生长，有的也生长于石缝中。茎直立，肉质状肥厚，稍扁的圆柱形。

园参 园参是人工种植人参，大马牙品种。芦头短粗，多不弯曲，芦碗疏生在芦头上。主根多为圆柱形，质地较疏松；横纹粗而浅，不连续，上下部均有。参腿多而短，参须多而短，交错散乱，质较脆，珍珠疙瘩不明显。

余姚中村村入选“最美休闲乡村”推介名单

商报讯（记者 鲁威）近日，由农业部组织评选的2016年中国最美休闲乡村推介名单正式出炉，共推介150个村为2016年中国最美休闲乡村。余姚鹿亭乡中村村，是全市唯一入选该推荐名单的村。

今年4月，农业部开展了2016年中国最美休闲乡村推介活动。经过地方推荐、专家评审和网上公示等程序，最终确定150个村为2016年中国最美休闲乡村，其中特色民居村40个、特色民俗村44个、现代新村43个、历史古村23个。

余姚中村村此次入选的是2016年中国最美休闲乡村中的历史古村。中村村位于余姚市鹿亭乡东南部，在低山丘陵的四明山脉北侧，地势南高北低，晓鹿大溪穿村而过。中村村有着源远流长的历史，青山、秀水、古庙、古桥、古民居，展现了独具特色的浙东乡土古村落风貌。现存民居建筑多为块石垒砌且装饰朴素的传统乡土建筑，村庄内部保持了传统街巷肌理，整体格局完整，布局独具特色。

村内有省级文保单

位白云桥和余姚市级文保单位仙圣庙戏台，是浙东地区清中晚期古村落的典型代表。中村村对于研究浙东地区历史文化、乡土民俗、浙东古村落的格局，以及研究传统民居建筑、乡土建筑提供了重要的实例，具有重要的价值。于2012年被列入第一批中国传统村落名录。

中国最美休闲乡村是农业部组织的一项评选活动，经各地申报、专家审核、网上公示等程序后向社会公开发布。中国最美休闲乡村推介活动以建设美丽宜居乡村为目标，以推进生态文明、实现人与自然和谐发展为核心，以传承农耕文明、展示民俗文化、保护传统民居、建设美丽田园、发展休闲农业为重点，通过向公众推介一批天蓝、地绿、水净，安居、乐业、增收的美丽休闲乡村，进一步促进新型城镇化和城乡一体化发展，为推进社会主义新农村和美丽中国建设添彩。

从2014年起，我市已有鄞州湾底村、奉化滕头村、余姚柿林村陆续入选中国最美休闲乡村推介名单。

“余姚葡萄”品牌价值升至7.76亿元

商报讯（记者 陈胜男 通讯员 苗志瑜）昨天，正在陕西西安举行的第二届中国果业品牌大会传来好消息，全国果品区域公用品牌价值评估结果正式发布，享誉“中国葡萄之乡”味香园葡萄专业合作社注册的“余姚葡萄”公用品牌，价值已升至7.76亿元，较2013年全国农产品区域公用品牌价值的4.36亿元增值3.4亿元，在全国100个果品价值评估公用品牌中排行第73位。

2016年中国果品区域公用品牌价值评估由中国果品流通协会、浙江大学CARD中国农业品牌研究中心联合主办。

据了解，这次全国果品区域公用品牌价值评估均基于果品品牌持有单位提供的相关数据及其他公开可得信息，采用国际专用的品牌价值评估方法，对采集的数据进行综合分析处理，并在质量管理、市场营销、社会贡献、发展效益等方面进行了严格的比选，“余姚葡萄”在全国500个参评果品中脱颖而出，获得全国果品区域公用品牌榜第73位。

今年，临山镇葡萄种植面积达1.2万亩，可实现总产量3.08万吨，总收入可达2.2亿元。葡萄不仅为该镇打造了一张亮丽的“金名片”，还成了农民的“致富果”。