

■冬季菜篮子③

入冬后,适合炖、烤的萝卜、大头菜、芋头等成为很多市民经常采购的食材。昨天记者从市蔬菜副食品批发交易市场了解到,仅萝卜这一样,最近蔬批市场内每天的交易量就达到50吨,这还不包括超市自营采购和农户自产自销的部分。一些经营户表示,近日萝卜生意比秋季增加了一倍多。

适合炖、烤,美味又有营养



# 成冬日“明星时蔬”



张斌桥菜市场的一个摊位上,萝卜等时令菜摆得满满当当。

## 适合炖烤的萝卜芋头等销量增加

近日记者走访时看到,萝卜、大头菜、芋头这些平时表现平平的食材成了冬日里颇受欢迎的时蔬。在甬港菜市场、张斌桥菜市场等处,记者看到,各个蔬菜摊位基本上都有一堆堆、一筐筐的萝卜、芋头和大头菜在售卖,数量和品种比平时明显增加。

“天气冷了以后,吃火锅和煲

汤的人多了,很多人在煮火锅、炖肉汤时都喜欢放一些萝卜,不但可以吸油腻,还有温补、降火的功效。”甬港菜市场一位蔬菜摊主告诉记者,近两周萝卜的销量比刚入秋时增加了一倍多,每天卖个几十公斤不成问题。

在张斌桥菜市场靠近西门的一个摊位,摊主是奉化人,摊位上大头菜、芋头堆得高高的,地上放

了两大筐萝卜,她说,一到冬季,很多宁波人喜欢吃烤芋头、烤萝卜等,冬至则有全家人吃烤大头菜的习俗。而且冬季又是萝卜、芋头等上市季节,这些食材很受顾客喜爱。

这些食材价格怎么样呢?“大头菜2元一斤,个头大的一个就有三四斤;萝卜两三元一斤;奉化芋头产量少,每斤要6元。”她说。

## 大头菜供应季节性很强,冬季才有

到了冬季,大头菜是市民喜爱的一道家常菜,宁波人冬至有全家人吃大头菜烤年糕的习俗。上述这位奉化摊主告诉记者,冬至节前夜,大灶的火烧得旺旺的,大头菜切成大块放入镬中,用文火煮,在镬里焗熟后,放入糖和盐,再浇入一层菜油起镬,香气四溢的大头菜烤年糕就大功告成了!冬至烤大头菜寓意灶火不灭,家家兴旺。

这位大姐边说边拿起一个大头菜放在秤上,一秤就有2公斤多,她说,这么大一个,买回家可以分成两次烧,吃新鲜。她告诉记者,大头菜买回家后放上十天半个月再烧煮,口味会变甜。

这个地方特色浓郁的食材,只有在冬季才有售卖,平时很难买到。华润万家鄞州店店长朱迪且告诉记者:“大头菜是季节性很强的蔬菜,只有冬季才有出

售,特别是冬至前,是很多家庭爱吃的菜品,季节性特别明显,过了春季,基本上少人问津。超市一般只在冬季备货,春夏秋三季是不供应的。”

市蔬菜副食品批发交易市场相关负责人张富强也持同样的说法:“大头菜只有冬季才有,现在本地种植不多,多数从外省采购。这个属于小众货,供应量不大。”

## 蔬批市场萝卜交易量一天有50吨

常言道,“冬吃萝卜夏吃姜”。随着气温降低,不少注重养身的市民又开始煲汤进补,从而带动了萝卜这种传统进补蔬菜的畅销。

记者昨天逛菜市场时看到,不少市民购买蔬菜时会捎带几个萝卜,有市民告诉记者,萝卜清洗方便,可以和猪骨、羊肉等一起炖煮,操作方便,营养又丰富,

是冬季营养丰富的“懒人菜”。

菜市场内的部分摊主告诉,自己销售的萝卜都是本地货,更容易煮烂,且略带甜味。

张富强告诉记者:“萝卜属于一年四季都供应的大路货,相对来说,冬季供应量要大一些。入冬后,供应宁波市场的萝卜主要从江苏采购,一般每天的销售量在50吨左右,比秋季有所增加。”这

还不包括各家超市自己采购的和农民自产自销的供应量。

朱迪且告诉记者,光华润万家鄞州店,一天就可以卖出100多公斤萝卜。 谢昭艳 文/摄

## “瓷都”景德镇来甬推介

商报讯(记者 谢舒奕 实习生 房子渲 通讯员 孙亚玲)为充分发挥航空对旅游的带动作用,推动景德镇与宁波两地旅游业的发展,由景德镇市民航局、景德镇市旅发委、景德镇机场分公司联合举办的“启航宁波 相约瓷都”景德镇市“航空+旅游”推介会在宁波举行。

此次推介活动是以“航旅联盟”的形式宣传两地旅游资源,同时大力推介宁波航线,吸引两地市民组团乘坐航班旅游,提高航班客座率,以此实现景区与旅行社、组团社与地接社、民航部门与旅游部门间的深度合作。

景德镇市于今年8月2日开通宁波航线,在“魅力瓷都”和“东海明珠”之间搭建了一座“空中桥梁”。“从景德镇至宁波航线每周运营的数据来看,平均客座率达到了91.2%,这显示旅客的客源十分充足,航线发展也很健康,我们对未来非常有信心。”宁波栎社机场相关负责人说。

景德镇和宁波在旅游资源方面互补性强,“千年瓷都”的美誉,使景德镇成为中国独有的以陶瓷文化为特色的旅游城市,宁波则为典型的江南水乡兼海港城市。“景德镇旅游资源丰富,自从开通此航班后,每周有四个航班飞宁波,可见宁波的组团力量还是蛮强大的。”浙江飞扬旅游集团有关负责人徐涛说。

宁波市旅游局副局长邱金岳表示,航线的开通为两地旅游合作创造了媒介,而旅游的合作又能充实航空线路的经营,两者协同合作,共同打造精品线路,可为满足两地人民对美好生活的向往做贡献,把旅游事业做得更好。

## 境内外游客同攀雪窦山

商报讯(记者 谢舒奕 通讯员 裘国松 张莹)“爬完雪窦山,终于‘集齐’了国内五大佛教名山!一路上途经雪窦山游步道、千丈岩瀑布、妙高台等,初冬风景壮丽!”来自上海的张友国先生全家都是登山爱好者,年内他们陆续征服了五台山、普陀山、峨眉山和九华山,上个周末将目标锁定奉化溪口雪窦山。

张先生参与的,是2017第四届溪口旅游中韩国际登山体验大会暨百名长三角媒体记者溪口采风活动。活动由宁波市旅游局、宁波市奉化区人民政府、宁波溪口雪窦山风景名胜度假区管委会共同主办,宁波市溪口旅游开发股份有限公司、宁波市镇海天下行旅游有限公司联合承办。约500名来自国内长三角地区以及韩国的登山爱好者一起参与了登山。

雪窦山是国家5A级旅游景区,此次登山线路全长12公里。“线路起自雪窦山南麓的雪窦山牌坊,穿越宋代始建的人山亭,攀登‘雪窦大岭’这条浙东唐诗之路以及千年礼佛古道,陆续抵达雪窦山山心的御书亭、千丈岩、妙高台等名胜,然后以2公里长的观光索道、幸福快车为纽带,自下而上翻越历代宦文人多有赞美的三隐潭大峡谷,最终到达山头的三隐潭景点门头。”据主办方介绍,这条登山线路,人文与自然各擅,被旅游和文化专家认定为浙江最完美的公众体验性登山线路之一。

## 残疾人就业信息专栏

待聘信息						招聘信息					
求职编号	性别	出生年月	学历	残疾类别	期望岗位	岗位编号	岗位名称	工作地	性别要求	年龄要求	学历要求
010717112101	男	1962-07-16	高中	肢体三级	门卫	01081711280101	货代销售	海曙区	不限	不限	不限
010717111502	男	1962-05-27	小学	肢体三级	普工	01071711100101	单证	鄞州区	不限	30岁以下	高中
010717111501	女	1977-01-24	初中	视力二级	包装工	01071711100103	海外客服	鄞州区	不限	30岁以下	高中
010717031507	女	1985-02-01	大学	听力一级	会计	01021611150107	美工	海曙区	不限	22-35	高中
010717021502	男	1974-11-22	小学	多重一级	塑料机械	01021611150108	理货员	海曙区	不限	22-35	高中
010717020301	男	1964-03-05	小学	肢体三级	冲床 操作	01081711200101	普工	鄞州区	不限	18-40	不限
010716103101	男	1980-03-14	初中	肢体三级	数控仪表车、普工	01071501190103	操作工	江北区	不限	就业年龄段	不限
010716091806	男	1990-06-20	大学	听力二级	网页制作	01081710270102	录入员	北仑区	不限	不限	不限
010716090201	女	1990-04-10	大专	听力一级	平面设计 美工	01081710270103	仓库管理	北仑区	不限	不限	不限
010716072601	男	1996-05-06	大专	肢体四级	电工	01081710270107	环境保护员	北仑区	不限	不限	不限

**招聘会信息:** 定于12月15日上午9:00-11:00在本中心就业交流大厅举办“宁波市残疾人就业第42期专场招聘会”,欢迎参加。  
**培训信息:** 淘宝创业、平面设计、计算机安装调试维修、美甲、摄影、中西面点制作、插花艺术、精品珍珠、老虎鞋制作等。  
**残保金信息:** 残保金抵扣审批的时间和地点已作变更,请详见12月4日《宁波晚报》A05版。  
**宁波市残疾人劳动就业服务中心** 网址: <http://www.nbcl.org.cn>  
**宁波市残疾人就业服务网** 网址: <http://zp.nbcl.org.cn>  
**宁波市残疾人就业微信平台** 公众微信号: nbcljry  
地址: 中兴路138号明展大厦17楼  
就业联系电话: 87811691、87815629、87815726、87815725、87815623  
培训联系电话: 87022991、13777088834 (高老师)



## 来达人旅游夜市领好礼,抢特惠!

达人旅游商城夜市来袭,凡晚上17:00-20:00到店咨询,均能领取精美礼品一份,每周夜市还会推出爆款产品特惠抢购。本周旅游夜市内容:厦门金钻之旅3日游,精选景点海上花园-鼓浪屿、文艺渔村-曾厝垵、千年古刹-南普陀、黄金海岸-环岛路、百年学村-集美学村、中山路-5D大咖秀以及国际金砖会议主会场!特别赠送5D大咖秀,金砖伴手礼-建盏和特色餐!

线路:厦门动车3日游  
发团:12月26日  
价格:原价799元,抢购价599元  
抢购时间:17:00-20:00  
报名及投诉电话:87651111  
QQ群:411030887  
地址:鄞州区百丈路16号达人旅业大厦(灵桥东)  
达人旅游网:www.57676.com  
浙江达人旅业股份有限公司(L-ZJ-CJ00079)