

全身长满“冰泡泡” 吃到嘴里凉飕飕 多肉植物“冰菜”走上餐桌

□记者 鲁威

叶片上有层“冰泡泡”，吃到嘴里鲜嫩多汁，冰冰凉凉。最近，一种名叫“冰菜”的冷菜出现在了宁波人的餐桌上。记者了解到，这个表面带了“冰泡泡”的植物，其实是一种碱性多肉植物，口感十分清爽。由于长相出挑、口感独特、营养丰富，价格虽高但吃的人还真不少。

长相奇特，入口即化

在镇海区九龙湖镇西河村的科奥农业合作社，记者见到了这种神奇的植物。走进种植大棚，一株株冰菜上翠绿的茎叶表面挂着一层晶莹的“冰泡泡”，阳光的照射下看起来水灵剔透。记者随手摘了一根冰菜，吃起来凉凉的，而且非常脆爽，有一股淡淡的咸味。

冰菜到底是种什么样的植物？“冰菜长相奇特，整棵植株水灵灵，充满水分的茎叶上附有一层天然的分泌物，看上去有点像‘薄冰’，经久不‘化’。不过这个‘冰’并非人工制作，而是茎叶自身的天然分泌物。在太阳照射下反射光线，就像冰晶一样，因此得名冰菜。”种植户李柳生介绍。冰菜也称非洲冰菜，是番杏科的“冰叶日中花”，属于盐碱植物，原产自南非的多肉植物，在非洲、亚洲西部和欧洲都有分布，可以直接食用。

这批冰菜是去年从山东引进的，小手指头大小的幼苗被移栽到大棚中，经过半年时间成熟，每棵能达到2公斤多。“几乎不用怎么管理，适当浇水就可以。”李柳生表示，冰菜喜温暖湿润的气候，生长适温为20℃—30℃，需要罩上大棚才能过冬，土耕栽培或者水耕栽培都能生长，极易管理，“结完又能揪下来，揪完以后可以继续生长，10厘米左右就可以吃了。”

记者了解到，冰菜富含氨基酸、抗酸化物质等机



我市种植于大棚内的冰菜。

能性高的物质，植物中的酸味是天然的苹果酸，富含钠、钾、胡萝卜素等物质，是一种高营养价值的蔬菜。在冰箱0℃—5℃冷藏条件下保存，可保存5—7天时间。

不过，市农业局农技专家表示，“冰菜含有低钠盐，这对人体是有帮助的。至于其他的特点和药用价值，需要做进一步检测才能获知。”

“吃法以生吃为主，放在冰块上冰镇过，绿绿的，带着冰霜，看着就赏心悦目。蘸一点酱油、千岛汁或意大利油醋汁，冰冰的，带一丝淡淡的咸味，吃起来嫩脆多汁。此外，冰菜也可以用来炖骨头或做成汤菜。”一位到种植基地收购冰菜的厨师告诉记者。目前，宁波部分酒店都已经推出冰菜这道菜，价格与炒黄鳝、清蒸河虾接近。

区，到时候销售量肯定能上去，价格也会下降，就会有更多人品尝到这个菜。”李柳生表示。

记者了解到，目前北京、上海、南京也有不少食用冰菜，价格每公斤70元左右。来自农业部门的信息显示，除了镇海，慈溪龙山镇的海通时代农场去年也引进冰菜，目前通过无土栽培的冰菜菜苗已经全部成活。该农场负责人预计，明年可大面积种植上市。

唱甬剧 制年糕 挂彩灯 春节将近 景区民俗活动扎堆

本报讯(记者 谢舒奕 通讯员 谢谦) 距离羊年春节不足一个月时间，旅游市场年味儿渐浓。以各种传统食品制作、技能比拼为主的民间特色活动在我市各大景区陆续亮相，“民俗游”闹猛起来。

甬水河畔唱甬剧，派送春联、窗花，学制年糕……最近几天，南塘老街上春节民俗活动扎堆，吸引不少市民以及金发碧眼的老外前来体验。其间，记者遇到了家住鄞州区的蒋大爷，只见他带着2周岁的小孙子在现场穿梭，又当讲解员，又当摄影师，玩得不亦乐乎。“时值年底，一些具有浓厚中国风的传统活动不但应景、喜庆，而且颇具内涵，大人小孩都该多了解，多接触。”他说。

热情游客令景区接待量节节攀高。“仅这个双休日，我们先后接待了约9000人次游客，客流量在平时周末的一倍以上。”南塘老街有关负责人说，这样的火爆场面均受益于民俗年味儿的吸引力，相关活动的种类也将陆续加码、更新，并持续举办至下个月初。

事实上，类似的“年味儿”活动在我市旅游市场上已颇为活跃。据记者了解，2015年元旦过后，除了公园通过挂灯笼、彩灯等方式烘托节日气氛外，鼓楼沿戏台上定期会有国粹京剧、越剧以及变脸等表演，羊年生肖等传统技艺现场制作展示也会时不时露面；宁波滕头生态旅游度假区即便举办交友派对，也以唱越剧、月老祈福、拍花轿等形式为主；象山影视城的春节庙会活动也即将启动，届时将推出题春联、制作羊灯的活动。

宁波市旅游局人士表示，丰富多彩的春节民俗活动具有接地气、体验性强等特点，大量的优良节日习俗也成为大众共享的旅游元素。



现场制作年糕等民俗活动受到游客追捧。

酒店价格堪比河虾

冰菜可以说是蔬菜中的“贵族”。虽然去年就开始“登陆”宁波，不过冰菜产量有限，并且运输要求极高，不能有任何的挤压，否则就会损坏变质，市场价达到每公斤120元。由于价格相对昂贵，种植户针对的销售对象一般还是大型餐饮酒店、企业以及有需求的一些个体客人。

更多冰菜将进入市场

最近，李柳生每天中午都要包装好新采摘的冰菜运往镇海几个销售点。“每天大概可卖出50公斤。”对于这个量，李柳生表示还算满意：“新品种蔬菜上市都要有一个过渡阶段，例如秋葵、迷你番茄，刚开始种时量很少，人家都说这种不常见的蔬果怎么能吃，你看现在卖得多好。现在老百姓对吃的还是很讲究的，特别是对养生蔬菜这一块特别关注。”

“今年，我打算多种一些，把它卖到宁波其他地

公益信息

计划停电预告	
1月27日 星期二	海曙区 天景花园部分用户、柳庄小区停电(8:00-16:00)
1月28日 星期三	江东区 北二路梅盛苑小区一带低压用户停电(8:00-16:00)
1月29日 星期四	海曙区 南站铁路变电站(8:00-16:00)中铁建设集团、萧甬铁路综合服务部、武警、东方中学、南站对面祖关河南岸部分用户停电(8:00-16:00)
1月30日 星期五	海曙区 宁波维科置业有限公司、市机电设计院、电子信息集团、海捷投资、联谊大厦、天一阁附近居民用户停电(8:00-16:00)
1月31日 星期六	江北区 繁星花园小区停电(8:00-16:00)

停电预告补充	
1月19日 星期一	江北区 洪塘加油站(8:00-16:00)
1月21日 星期三	江东区 百丈东路1369弄一带低压用户停电(8:00-16:00)
1月22日 星期四	江北区 凯丽斯运动器材厂、东方模具、洪家粉米厂、杨邦科技、宏盛机械、庄桥米厂、葛家村部分用户、河东社区部分用户、河西社区部分用户、电控设备、庄桥下街、华立建筑、宁波仪表阀门厂、庄桥市场管理服务有限公司、庄桥幼儿园、庄桥公园、庄桥菜场、庄桥派出所、宁波加贝购物、加贝物流、和诚置业、庄桥中学、农行、祥星医院、市生化仪器厂(8:00-16:00)孔家村部分用户、庄桥中心小学、庄桥小学、孔家方洋、伟杰蛋品(8:00-16:00)
1月23日 星期五	江北区 东部村部分用户、仿效针织、盛龙工艺品、安来贸易、送变电建设、波乐电器、通途开发8、雅可净水、泛德、宁波市新世纪包装材料有限公司、永德信水暖器材有限公司、文波零部件、金洁不锈钢厂、江北洁美环卫、喜汉锡焊料、双龙地毯、方平铜材配件厂、宁波江北海奋附件厂、中野精密、永驰重车、通鸣五金、宏顺装饰材料、宁波江北培林冲压件厂、金同精密机械有限公司、宁波江北大桥木材市场有限公司(8:00-16:00)
1月19日 星期一	江北区 繁星花园小区停电(8:00-16:00)
1月20日 星期二	江北区 天水家园、天合家园、康桥风尚、宁大成教育学院、财税学校、农村信用社、天合社区、水尚澜珊、长岛花园、天成家园、钰鼎园、世纪联华、舟山引水、康庄路路、康庄泵站、立成置业短时停电(12:00-17:00)

杭州湾新区	
1月21日 星期三	江北区 洪塘杨家自然村一带(7:45-14:00)宝庆南区物业(8:15-15:00)天水家园、天合家园、水尚澜珊、长岛花园、天成家园、钰鼎园、职教住宅、地洋湾一带，专变短时停电(12:00-17:00)
1月22日 星期四	江北区 葛家村部分用户、河西社区部分用户、河西社区部分用户、孔家村部分用户、电控设备、庄桥下街、华立建筑、宁波仪表阀门厂、庄桥市场管理服务有限公司、庄桥幼儿园、庄桥公园、庄桥菜场、庄桥派出所、宁波加贝购物、加贝物流、和诚置业、庄桥中学、农行、祥星医院、市生化仪器厂有短时停电(8:00-16:00)孔家村部分用户、凯丽斯运动器材厂、东方模具、洪家粉米厂、杨邦科技、宏盛机械、庄桥米厂(8:00-16:00)孔家村部分用户、马泾村部分用户、庄桥中心小学、庄桥小学、孔家方洋、伟杰蛋品、雅龙吸塑、后孔、荣盛锻造、祥夫机械、三江潮物流、美高工艺品(8:00-16:00)洪塘加油站(8:00-16:00)
1月23日 星期五	海曙区 联丰南区部分用户、丽园尚都部分用户(8:00-16:00)
1月25日 星期日	杭州湾新区 利时集团基建、管委会生活中心路灯4#、海南村6#台区(8:30-10:30)管委会生活中心路灯2、3#、海南村26、27#台区、三洋村11#台区、邻里中心开发(8:30-12:30)

