

老年“春晚”海选 个个都有明星范儿 入选节目将于近期收到通知

1月4日,宁波市首届老年春节联欢晚会在位于环城西路南段的《宁波老年》读者生活馆举行了两场优秀节目海选,来自全市800余人参加。首届老年“春晚”由《宁波老年》主办,得到了我市各涉老部门和单位的大力支持。

年过六旬的李先生换了三趟公交车来到海选现场。他唱完一首拿手的老歌,评委白鹰老师对其音色、音准和气息做了点评,李先生笑着说,“专业歌唱老师给我面对面交流,真的不虚此行。”

海选中,记者发现老年人的舞蹈有了新花样,不仅舞姿优美,跳起来还像一部剧情景剧;拿着篮子翻跟斗表现活力、手捧鲜花赞美祖国、反映上世纪60年代婆媳关系、

赞扬和谐的邻里关系……正能量十足。参加海选的“民间达人”真不少,八旬老人倒立练瑜伽、抗癌明星表演魔术、九连环能手用几节粗细不等的铁丝变出各种连环套、太极拳高手现场亮功夫……

乐器演奏、超级模仿秀、即兴小品、歌舞表演、文墨书法等,各类表演轮番登台。根据海选情况来看,本届老年“春晚”节目水平较高,艺术形式也更丰富,可以说十足好看。

目前,专业评委们对于海选节目还在严格筛选中,获得参加老年“春晚”表演资格的演出者将于近期接到我们的电话通知,请各位参选者保持通讯畅通。

老年“春晚”18日下午在宁波音乐厅上演 2017年度会员抽奖同时举行

宁波市首届老年“春晚”将于1月18日下午2点在宁波音乐厅上演,2017年度《宁波老年》康乐老年俱乐部会员年度抽奖活动也将在“春晚”上举行,凡是加入2017年度的所有会员,均将获得抽奖资格。由于会场座位有限,没能来到现场的获奖会员也请放心,我们会事后电话联系您。

同时,我们给有幸来现场的观众朋友们另外准备了一份精美的大礼包,包括七禾有机体验券、鸡年精美台历等,演出过程中将陆续抽取幸运观众,礼品多多,不要错过。相信大家已经迫不及待了,如果您想成为首届老年“春晚”的观众,请稍加等待,具体的门票领取信息详见下期《宁波老年》相关报道。 记者 徐丽文

奖品包括5000元现金条一根、由大晟贸易提供的灵芝孢子粉、由牙博士提供的洗牙券、由飞扬旅游提供的豪华游轮旅行等。

现在的鳗鲞还没法吃! 都是天气惹的祸 气温暖似小阳春,菜场里加工鳗鲞的少了

宁波人的年夜饭,离不开腌腊制品。每当春节临近,大街小巷、门前窗后,就会挂满自家腌制的鳗鲞、腊肉、酱肉、风鸡、酱鸭等,香味扑面而来。

不过,细心的市民发现,今年挂出来的腌制品比往年却少了很多。由于冷空气偏弱,近来甬城的气温犹如春天一般,不仅削弱了冬天的感觉,也让腌制品的制作遇上了难题。

记者 陈韬

经营户盼着快降温

“时下正是准备年货的好时机,以往我都会去菜场寻寻觅觅,买些肉,买些鱼,买些蔬菜,然后委托代加工成腌制品,使年夜饭更具风味。不过今年我在几个菜场兜了几圈以后,发现代加工腌制品的摊位却不多。”市民林阿姨有点失望地说。

菜场的肉摊、家禽、水产摊在11月下旬就代客加工腌制品了,成串成排地挂在摊位上空,是甬城菜场的一道风景。而眼下,冬至都已经过了,这类年货在菜场里却不多,使过年的气氛淡了许多。

张斌桥菜场一位水产摊主告诉记者,出现这样的状况,主要是因为天气太热,“这都1月份了,

你看看有几度?今天最高温度15℃!以往都应该是冻手冻脚的日子,现在却变成了小阳春。这么高的温度,加工出来的腌制品口味不会好吃。”

另一位加工鳗鲞的摊主说,昨天一天一共只加工了四条鳗鲞,是市民清晨买菜时定的货。他仔细清理,去除内脏,擦去血渍,撒上盐,却还在担心加工成的鳗鲞口味会差点,因为气温实在有点高。“我看了天气预报,接下来几天好像还是挺热的,有人说今年是个暖冬。市民想吃腌腊货,希望气温降下来,我想多做生意,也希望气温能降下来,大家都等着呢!”

走油,走了油的鳗鲞比过硬的鳗鲞更不好吃。

而做酱肉同样也要靠天。“制作酱肉应选在10℃以下的季节,气温要是高于15℃,肉就容易变质。为了不让肉变质,就得多加盐,但这样做出来的酱肉就会太咸。酱肉需十天半月以上才能风干,待完全干了,才把它摘下。酱肉不怕风干得过硬,吃风干的酱肉,要的就是它的韧劲,它不会像新鲜的猪后腿瘦肉烧得越老越不好吃。”

对于喜欢吃鳗鲞、酱肉的市民来说,最近的气象的确是不帮忙。不过根据天气预报,今年的“三九”从1月8日开始,意味着这个冬天最冷的日子近在眼前了,一波冷空气将登场,最高气温将跌破10℃,届时做出来的鳗鲞一定很好吃。

纯淡干海参怎么挑? “米其林”大厨来教您



快过年了,很多市民会买一些海参补补身子,或者送人。面对市场上价格天差地别的海参,您知道如何挑选吗?

前几天,记者拿了一款海参让宁波文化广场朗豪酒店中餐厅行政总厨谭先生帮忙鉴定。谭总厨出身厨师世家,是“米其林”餐厅级别的大厨。他做粤菜已有二三十年经验,其间经手海参无数,在业界被戏称为“海参小王子”。他的经验或许能帮到您。

谭总厨认为,国内的海参刺参价值最高,渤海和黄海的海参产地相近,质量差不多,比南方产的要好。总体来说,产地相近的鲜海参质量相差并不大,海参好坏主要看加工方式。淡干的比盐干的好,盐干的比糖干的好。具体鉴别,只需三步:

一、看:海参有没有刺,刺密集,尖锐粗壮的比较好;其次看刺和海参的色泽,海参体色受摄取的藻类影响,不同海参和部位均有差异。纯淡干的海参在加工环节没添加任何东西,因此,同一批海参往往色泽并不统一,刺的颜色与背部也不同。

二、掂:用手掂一掂,好的海参没有添加,质量比较轻飘,如果有明显的下坠则说明添加物比较多。

三、闻:纯淡干的海参有一股淡淡的天然海腥味,差的海参有异味。

记者拿去的海参,谭总厨给予了较高评价。一番鉴定后,他认为就是纯淡干的。这款海参由奉化人邬先生出品,他在山东莱州湾天然海区养殖了50亩海参,平时用海泥喂养。

海参捕捞季,邬先生雇潜水员潜入海底,将海参捞上船,剖肚煮十几分钟,初步晒干后,冷冻运至宁波,然后再用太阳晾晒三天。其间,他们不加糖、不加盐,也没有用木炭或草木灰着色,称得上纯天然。

因为没有添加,邬先生的干海参个头有些小,发泡后长度在8~12cm左右,与市场在售的差不多,而且仍然Q弹。他让做外贸的外甥在朋友圈里卖,大家好评如潮。

如果您对纯淡干的海参有兴趣,不妨来《宁波老年》读者服务部(海曙区灵桥路768号宁波日报报业集团一楼)看看。

咨询热线:87682666或87682148

邬先生的海参平时直销价3980元/斤,《宁波老年》节前优惠价3680元/斤,量大还有优惠。 记者 周皓亮

天不够冷鳗鲞会走油

家住海曙区狮子街的马阿姨是封鳗鲞、做酱肉的高手,最近的天气让她也有点犯愁,“天要冷到手指头伸出来很冻了,做出来的鳗鲞才会好吃。”

记者向马阿姨请教封鳗鲞的方法。

马阿姨说,封鳗鲞要挑好的天气。最好买四五斤重的东海鳗,把它从背上剖开,去内脏、鱼鳃,用干净的新抹布擦干净鱼身,然后抹上适量的盐。可在剖开的一面抹,也可两面抹。腌渍上一夜,第二天早上把它挂在后窗。

西北风猛的日子,三四天后就可以摘下来吃,这时吃最合大多数人的口味。喜欢吃干透一点的,则可挂一星期,再挂长些日子,会过硬不好吃。如果气温高的日子里封鳗鲞,既不会干,又会



扫一扫关注
“雨要会,肿痛君”
《雨要会》



扫一扫关注
《宁波老年》
宁波康乐老年俱乐部QQ群
274295074