

本地电商平台 “春菜”搜索 热度第一

香椿、马兰头、春笋…
盘点宁波人爱吃的春菜



春菜开始上市。

“春天真的快来了！香椿都上架了！”2月14日，卢女士打开盒马生鲜APP，在“时令上新”板块惊喜地看到了香椿的身影。24.9元/100克的价格折合起来是249元一公斤。在惊叹价格不菲的同时，她开始意识到，春天真的来了，一年一度的春菜尝鲜季也同来了。

听春雨，尝春味，随着雨水节气的即将来临，也到了吃春菜的时节。民俗中有“迎春吃春菜之说”，俗称“嚼春”“咬春”。

1 有多贵？香椿上架，一公斤要249元

“野生马兰头40元一公斤，你要的话便宜点，36元一公斤。”尽管气温未明显回升，但“春天的味道”已悄然进入各大菜场，春笋、蚕豆等第一波春菜“抢鲜”上市。2月15日，在东柳菜市场，各类绿叶菜成了“主角”，商户们都将春菜放在最显眼的位置，看上去青翠欲滴，不少市民前来询价、购买。

脆嫩的当季竹笋，新鲜水嫩的马兰头、水芹以及菜心，不

少马大嫂们的菜篮子里都装上了“春天的味道”。“大多数人来都会买点春笋、菜心、蚕豆等，都是宁波人春天喜欢吃的菜。”一名蔬菜摊位的老板告诉记者，目前春笋44元一公斤，蚕豆20元一公斤，菜心10元一公斤，都很受欢迎。不过，记者在多家菜场探访时发现，春菜“顶流”香椿身影难觅。多家摊主表示，香椿还没有大量上市，目前批发市场货不多，价格也太

贵，因此没有进货。

在盒马生鲜超市，记者看到，豌豆苗、荠菜、芦蒿、芦笋等时令春菜摆上了货架。细细的豌豆苗13.8元每份，一份100克；荠菜150克6.9元，产自湖北荆州的芦蒿250克15.5元。其中，春菜中的“贵族”香椿也已上架，每盒100克，价格为24.9元，一公斤价格高达249元，不愧是春菜界的“爱马仕”。

2 有多火？电商平台搜索热度“春菜”排第一

“一箸入口，三春不忘”。香椿嫩叶中丰富的谷氨酸和多种芳香挥发物质，使其具有令人过口难忘的特殊香气。这种奇妙的味道，让香椿一直稳坐春菜市场的“头把交椅”。

有网友就“香椿好不好吃”展开激烈讨论。爱吃香椿的网友开始“安利”香椿做法，香椿炒鸡蛋、香椿拌豆腐可以说是接受度最高的热门做法了。也有网友说，实在受不了香椿的味道，真是“人与人的味觉并不相通”。

盒马生鲜的员工告诉记者，

目前店内售卖的香椿产自云南，云南产的香椿油脂含量较多，香味比较浓郁。

而宁波本地商超或电商平台，一公斤香椿的价格基本都在200元上下，相当于一只波士顿龙虾。但因小份售卖，香椿人气依然挺高。

当然，香椿价格会随着市场变化逐渐降低。多位蔬菜批发商表示，随着三四月云南、四川香椿的大批量上市，香椿价格有望降到80多元一公斤甚至更低，香椿的品质也相对更好、更

稳定。而到4月，宁波本地香椿上市后，口感更“野”、鲜味更浓，价格也将进一步回落。因此，香椿爱好者们不急的话，可以再等等。

除了大热的香椿，大江南北的春味时下都是各大电商平台的“热门”货。东北山珍柳蒿芽，风靡江浙沪的草头、马兰头，江苏的菊花脑、婆婆丁等野菜近期陆续上市。在叮咚买菜APP上，春菜最近持续热搜排名第一，搜索热度达到18.79万人次。

3 为何如此受欢迎？宁波人的春日限定

近年来，越来越多电商平台在春菜营销上做文章，不少买菜APP都在醒目位置开出了春菜专题，一些平台还推出了春季时令预制菜系列，如腌笃鲜、“蔡长青”雪菜笋丝等。

为什么春菜会如此受欢迎？青年学者周东旭认为，这和饮食口味有关，“宁波人喜欢时

令的新鲜菜，比如在立春一定要吃春卷。”

“经过春节里的大鱼大肉，让蛰居了一冬的江南人发腻，倘若桌上来一盘淋上麻油的‘马兰头拌香干’，肯定大受欢迎！”甬上第一本饮食文化小品《宁波老味道》作者、宁波本土文化研究者柴隆曾写过多篇与春菜相

关的作品，在他看来，马兰头拌香干、马兰头烧春笋、荠菜春卷都是宁波人热爱的地道春味。随着物质生活水平的提高，市民对于菜的要求已经不仅仅是“大鱼大肉”这么单一，而是更需要独特的味觉享受。而春菜，作为春季“限定款”，恰好满足了大家的这一心理。

4 吃春菜要注意什么？ 不宜过量食用

春菜是春季独有的美味，富含营养也不容否认，但同时也有一些问题需要注意。每年春天，都会有网友戏称“春笋一上桌，消化科胃出血的病人就增多”，只因春笋中所含丰富粗纤维等物质，大量食用后易出现消化不良、胃腹胀、反酸等不适。而像荠菜、马兰头、韭菜等春菜大都富含草酸等难溶性成分以及钾等微量元素，大量食用后会造胃负担，因此不宜过量食用。

其次，春天万物复苏，眼下正是各种野菜生长的时节，不少市民在踏青赏景的同时，常会挖一把尝“春”。宁波著名植物研究专家林海伦就表示，野菜鲜嫩可口，但并不是所有野菜都能吃，也不是人人都适宜，他就曾遇到过将野外采摘回来的野菜加工食用后，身体出现过敏的情况。

林海伦认为，一般人对野菜的辨识能力不高，误食后容易出现中毒现象甚至危及生命，因此消费者若是想尝鲜，应到正规超市、农贸市场购买。即使是平时很常见的野菜，加工时也一定要清洗干净。一些野菜有微毒，需要经过水焯或浸泡才能去毒。

你家的早春美食有哪些？ 欢迎来晒

在宁波晚报甬上APP的“甬友圈”里，也有不少网友晒出了自家的早春美食。在征集到的美食中，油焖雷笋、荠菜春卷、草籽炒年糕，道道都是这个时节宁波人的心头爱。你家有什么早春美食吗？欢迎来晒晒。

记者 吴丹娜 张海玉 文/摄



扫码登录
相关话题