

超5000人围观,0人出价

宁波远洲大酒店 流拍



宁波远洲大酒店(现用名:远洲丽呈华庭酒店)。

“超5000人围观”“102人提醒”“0人报名”“0次出价”……7月11日上午10点,在阿里拍卖平台,备受关注的宁波远洲大酒店资产拍卖,定格在这样一格画面。这也意味着,这个宁波江北区唯一一家五星级酒店,最终还是流拍了。

前不久,阿里拍卖平台上挂出一则关于“(破)宁波市江北区江北大道99号的一期、二期商业地产”的拍卖预告信息,起拍价为639800000元。根据拍卖信息介绍,这里就包括老宁波人非常熟悉的宁波远洲大酒店。

按其设置时间,7月10日上午10点到7月11日上午10点,为网上公开竞价时间。然而,记者注

意到,一直到7月11日上午10点竞价结束,报名显示仍然是0,更不用说出价了。

截至记者发稿前,超5000人围观,位列阿里拍卖平台“宁波酒店围观榜第一名”。

此次宁波远洲大酒店流拍了,接下来会怎样?对此,记者采访了宁波导司律师事务所的刘慧杰律师。刘律师指出,按规则,在首次流拍后,该资产(包括远洲大酒店)可以在60日内进行第二次拍卖,价格可以酌情降低,但不得低于第一次保留价的20%。二次拍卖的选择权人不是酒店,而是申请执行人。因为酒店是被处置的对象。

●延伸阅读

江北区目前
唯一五星级酒店

据了解,宁波远洲大酒店成立于2001年12月,算得上宁波酒店业的“老大哥”了。该酒店共拥有客房349间(套),餐饮近3000个餐位,其中有多功能厅及会议室和贵宾休息室共15间,宴会厅及会议室面积达4550平方米;还有室内游泳池、健身房、台球室、乒乓球室等康体设施。曾登榜网上评选的“宁波十大五星级酒店”,在不少小红书、抖音博主眼中是“宁波性价比前十婚礼场地”之一。

“这是一家老牌五星级酒店,且目前仍是江北区唯一一家挂牌五星级的酒店。”宁波市饭店业协会会长胡云波告诉记者。这一说法在江北区文化广电旅游局也得到证实。同时据业内回忆,开业时,该酒店以接待商务会议为主,“近年改过名字,但老板还是同一个。”

记者 谢舒奕 文/摄

宁波多个加油站
油品降价促销

你周边有更便宜的加油站吗?

这几天,跟天气一样热的,还有宁波三家中石化碧辟加油站油品降价促销的消息。从7月11日开始,中石化碧辟北郊、三官堂和庄市三家加油站,92号汽油直降1.2元/升,95号汽油直降1.5元/升,若持中石化IC个人卡再以积分形式返0.2元/升。

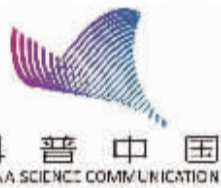
记者算了一笔账,以使用中石化IC个人卡为例,按一般家用汽车油箱50L容量计算,加满一箱92号汽油,将少花70元,加满一箱95号汽油,则少花85元,优惠力度空前。

7月11日,在中石化碧辟庄市加油站,站内降价的广告旗格外显眼,大老远就能看到,不少车主得知降价消息后,赶在上班前来加油,一大早就开始排起了队。

在镇海庄市街道及其周边,加油站竞争比较激烈,尤其是位于东昌路上的加油站,降价促销是常态,而这里也被市民们戏称为“加油一条街”。

位于东昌路上的庄市石化加油站是最早开始降价的,92号汽油直降1元/升,95号汽油直降1.2元/升,经常出现车子排队现象。紧接着,位于东昌路上的中国石化宏发加油站加入到了降价队伍,92号、95号汽油均直降1元/升。如今,中石化碧辟三家加油站统一开展油品降价促销活动,三足鼎立之势就此形成。

国内油价第14轮调价将在7月12日24时开启,油价即将上涨,但是中石化碧辟三家加油站降价优惠力度却更大,这对于车主来说,是一个好消息。 记者 郑凯侠



科普中国
CHINA SCIENCE COMMUNICATION
宁波市科学技术协会与本报联合推出

科普与健康

别让美食伤了身体
煲汤、吃肉的几个门道科普一下

工作疲惫了,想用美食犒劳一下自己,这本来无可厚非。但是如果不讲究方法,会对身体适得其反。



吃肉也要讲门道

生活中许多朋友无肉不欢,一顿没肉吃就饿得慌,尤其是爱红肉(指猪、牛、羊等肉色红的哺乳动物的肉)。

红肉含有较高的饱和脂肪酸,过量食用会增加高血脂、冠心病等心血管疾病的风险。据《中国居民膳食指南(2022)》建议,鱼、禽、蛋类和瘦肉摄入要适量,平均每天120克~200克。每周最好吃鱼2次或300克~500克,蛋类300克~350克,畜禽肉300克~500克。

白肉包括鸡、鸭、鱼等,相对而言,脂肪含量少、蛋白质含量更高,且含有的蛋白质氨基酸组成与人体所需的氨基酸更接近,更利于消化吸收。尤其是鱼肉,富含不饱和脂肪酸,有助于控制血脂,对保护心脑血管更有帮助。

虽然白肉中脂肪含量低,更有助于减肥,但红肉中的铁元素是白肉比不了的。两者搭配食用,且让白肉多于红肉,是比较合理的,既能营养互补,又不容易增加心血管负担。

吃烧烤喝啤酒不要过度

烧烤虽好吃,啤酒虽好喝,但如果过量食用会伤害身体。

肉类、脂肪在高温煎炸的过程中会产生致癌物质——苯并芘,而且煎炸越久,苯并芘的含量越高。

烧烤的时候,苯并芘不仅可以通过烤肉进入消化道,也可以通过烤肉的烟雾进入呼吸道。

烧烤肉类时,高温形成的热反应也会让肉里的氨基酸和葡萄糖产生反应,而形成另一种致癌致突变的物质:杂环胺。有研究表明,温度达到200℃以上时,烤肉里的杂环胺含量会比温度在150℃时产生的高10倍。

煲汤也有讲究

煲汤时间过长会使汤里的嘌呤飙升,尤其是有些老火汤里还有动物内脏,如猪肚汤、猪肺汤等,嘌呤含量更高。人体摄入过多嘌呤,会生成尿酸。尿酸一般通过肾脏代谢,如果肾脏代谢不了,就会导致血液里的尿酸增高。尿酸过高,不仅容易导致痛风,也会造成尿酸盐沉积,引起尿酸结石,严重时还可能诱发肾衰竭。

此外,过热的食物进入人体后,不仅会烫伤食道黏膜,还会引起胃炎等一系列疾病。国际癌症研究机构已将65℃以上的热饮列入2A类致癌物,已有动物实验证实,65℃~70℃的热饮足以烫伤喉咙,可能导致食管癌变。

偶尔一两次的烫伤,黏膜还可以自我修复,但如果反复被烫伤,就会导致不正常的“异型性”细胞会越来越多。长此以往,就算不得癌,口腔溃疡、食管溃疡、食管炎等问题也是有一定的可能的。

如何健康煲汤、喝汤?

1. 动物性食物宜冷水下料
煲汤时,动物性食物宜冷水下料,可使其蛋白质中的低分子含氮鲜味物质溶出,使汤味道鲜美。
2. 炖汤时间据食材决定
炖汤的具体时间因动物食物种类和老嫩而定,炖的时间不宜过长也不宜过短。一般来说,蔬菜海鲜汤的熬煮时间应控制在半小时以内;肉类不超过1.5小时;骨头汤不超过2个小时;鱼类熬汤则是在30分钟左右时口感最佳、营养最好。
3. 口味太重的汤不喝
肉类煮汤,本来就含有脂肪,所以不仅不能再放油,喝汤前最好撇去浮油。另外,不要为了让汤更鲜美而拼命放盐,尤其是老年人味觉减退,更要注意盐的用量。
4. 太烫的汤不喝
人们总爱说:“趁热吃,趁热喝。”但长期这样做会破坏胃黏膜,导致一系列健康问题。人体的口腔、食道、胃黏膜最高能忍受的温度在60℃左右。合适的汤品温度应是在入口时口感比温水要热一点,但又不烫嘴。
5. 少吃汤泡饭
很多老年人喜欢用汤泡饭。进食汤泡饭时,吃进去的食物往往还没经过唾液的消化过程就进入胃了,这就给胃的消化增加了负担,容易导致胃部不适。而且汤泡饭还会稀释胃里的消化液,影响肠胃的消化吸收。