

最近黄油年糕很火爆，还推出了很多口味，我们一起去买来尝尝看！4月12日晚，好友兴致勃勃地向记者发出品尝邀约。记者当即化身“贪吃蛇”，与好友奔赴我市几家甜品店货比三家。

当天晚上8时许，位于宝龙广场的一家甜品店门前排着长队，不少市民正在等待新一批黄油年糕出炉。

外脆里糯出千糕成

门店一天



市民排队购买

『新晋排队王』

正在排队的市民刘雅云告诉记者：我第一次吃黄油年糕是在江西景德镇旅游的时候，味道还不错，很符合我的口味。回来后，发现我市很多甜品店也推出了黄油年糕，我就经常来购买。

黄油年糕之所以能圈粉无数，全凭其独特口感。外皮酥脆得“咔嚓”作响，内馅Q弹软糯，黄油的醇香与年糕的香甜相互交融，一口咬下去，给味蕾带来甜蜜冲击。

黄油年糕很受欢迎，每天过来购买的顾客中，80%都是冲着它来的，最多的时候一天能卖2000个。甜品店工作人员一边忙着接待顾客一边说。

记者了解到，该甜品店的黄油年糕口味丰富多样，有奶香芋泥味、太妃焦糖味，前不久还上新了龙井味，以满足不同人群的味蕾需求。

此外，记者走访我市五彩路的一家甜品店得知，该店黄油年糕的销售情况可观，近半年来有一群稳定的顾

客定期复购。店主夏蕴说：黄油年糕的制作方法并不复杂，以糯米粉、牛奶和鸡蛋为主材料，加上糖和黄油搅拌均匀，再放进烤箱烤制。烘烤时间根据想要的颜色把控就行。

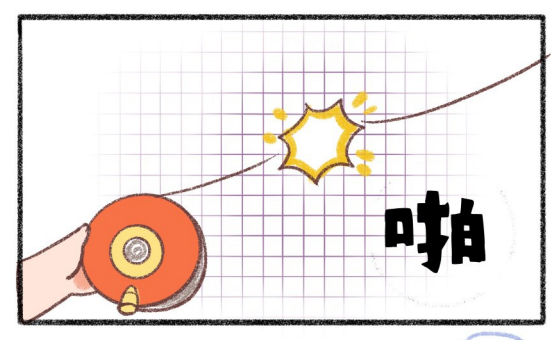
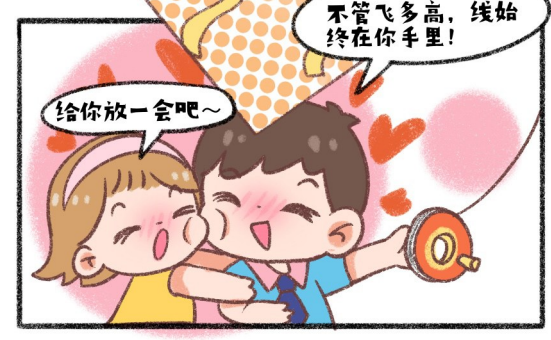
这种把中式年糕与西式黄油创新融合的甜品，成功引得大批永康年轻人尝鲜。不过，也有不少市民被它的高热量“劝退”，表示吃完黄油年糕，血糖堪比“过山车”，并在社交平台吐槽：自从知道黄油年糕的热量后，再也没有尝试过。据了解，黄油年糕每100克的热量为220-300大卡，相当于大半碗米饭，是妥妥的“热量炸弹”，多吃不仅会有肥胖风险，还影响健康。

对此，记者咨询了我市某医院营养科医生徐海霞。黄油年糕属于典型的糖油混合物，由精制糖和脂肪共同组成，身体吸收后容易导致热量过剩，加速脂肪合成，同时干扰饱腹感信号，引发持续进食。徐海霞提醒，糖油混合物摄入过多会引起肠道菌群失衡、炎症反应加剧，间接导致代谢率下降和脂肪堆积。

由此可见，黄油年糕虽然味美，但不可贪吃，市民朋友食用时要注意控制摄入量。嘴馋时，不妨搭配膳食纤维，选择健康的替代品，如番茄、黄瓜、蓝莓等，还可尝试自制酸奶碗等低卡食品，使健康解馋两不误。

融媒记者 陈可睿

话说太满难收场



策划 陈旭东 漫画 应楚楚

2000个

食频道



黄油年糕

最美人间四月天 把春天的温柔穿在身上



最美人间四月天，正是踏青出游好时节。此时的你是否在发愁怎么穿既舒适，又有氛围感，还能拍照出片？试试这套温柔的森系复古穿搭，无论是漫步在绿意盎然的林间小道，还是和朋友一起野餐露营，都自在又应景。

服装的版型可以宽松一点，建议选择一条棉麻材质的古着连衣裙作为基础，柔和的米白色、宽松的廓形配合天然材质的肌理感，自带清新的田园气息，就像出门与大

自然最轻柔的风撞了个满怀。

上半身再外搭一件同色系的镂空针织马甲。镂空设计不会闷热，与连衣裙叠搭，层次丰富却不繁杂。刺绣是森系风格里常见的元素，马甲上的刺绣花朵图案为整体造型注入更多颜色，避免了米白色带来的单调感。

配饰的点缀可以让穿搭更出彩，但考虑到整体协调性，在配饰的选择上不能盲目，不宜带有太过摩登的元素。不妨选择一条与连衣裙颜色相呼应的白色蕾丝头巾进行搭配，蕾丝花纹若隐若现，有点小精致又不显夸张。



穿搭图鉴

融媒记者 张曼欣 文 通讯员 陈威武 摄 模特 应楚楚