

秋蟹肥美尝鲜正当时

请收下这份挑蟹吃蟹的正确打开方式

秋风起,蟹脚痒,菊花开,闻蟹来。金秋时节,大闸蟹抢“鲜”上市,陆续占领水货市场。大闸蟹这一时令美味,凭借其鲜甜饱满的肉质与绵密醇厚的蟹黄蟹膏,深受消费者青睐,成为许多家庭秋季餐桌上的“重头戏”。

大闸蟹虽鲜美,食用时却藏着不少健康学问。如何既能一饱口福,又能守护健康?记者为此采访了相关专业人士,了解挑蟹的技巧和吃蟹的注意事项。



挑选蟹黄饱满的大闸蟹

母蟹已成熟 挑肥有诀窍

9月25日,记者来到新农贸城水产区,看到许多摊位都已上新大闸蟹,并将其摆在显眼位置。

“家人比较喜欢吃蟹,每年都盼着秋天的这一口鲜。大闸蟹不仅肉质细嫩,还有着丰盈的蟹黄或蟹膏,清蒸或爆炒都十分鲜美。”在一个水产摊位前,闻“鲜”而来的市民陈女士正在挑选大闸蟹,她打算买几只让家人尽早尝上这一口“头茬鲜”。

“大闸蟹刚上市,买的人还不是很,我今天一天卖了50只左右。预计中秋前后购买的人会多起来。”摊主唐玲一边为陈女士打包大闸蟹,一边向记者介绍。该摊位上的大闸蟹按大小定价,每公斤售价100元到140元不等。

消费者该如何挑选肥美的大闸蟹?大闸蟹分为公蟹和母蟹,公蟹肚脐呈尖三角状,母蟹则是半圆状。目

前母蟹已到成熟期,蟹黄较为饱满,公蟹得等到农历九月。”唐玲从筐中捞起几只大闸蟹,将其肚子朝上,向记者展示。

她介绍,挑选大闸蟹时,要先观察蟹眼是否有神,轻触后能快速收缩为佳,并且蟹壳要青、蟹腹要白,不能发黑。看蟹黄满不满,要将螃蟹横着,观察其蟹壳与肚脐盖上横线之间的间距,间距大则蟹黄多。

味美却性寒 吃法有讲究

大闸蟹虽味美,在中医理论中却属寒性食物。面对这等美味,什么人得管住嘴?大闸蟹不能与哪些食物“搭伙”?怎么吃才最妥帖?

“脾胃虚寒者、过敏体质者、心血管病患者、痛风患者等吃蟹要谨慎。”市中医院治未病科主任朱杭溢提醒,螃蟹中富含蛋白质与胆固醇,大量食用后不易消化,易对胃造成刺激,可能引起腹痛、腹泻等症状。螃蟹是引起食源性过敏反应的主要食物之一,过敏体质者食用后可能出现

皮疹、瘙痒、咳嗽、哮喘等症状。

“在食物搭配方面,‘寒’与‘温’同食为最佳。”朱杭溢建议,市民在烹制大闸蟹时,可将其与紫苏叶同蒸,增香又散寒;在品尝蟹味时,以姜醋汁蘸食,姜可温中散寒,醋能助消化、提鲜,能有效中和螃蟹带给身体的美味“负担”。

需要注意的是,大闸蟹不能与苦瓜、西瓜、梨等寒凉食物同食。“寒寒”相撞,会加重肠胃负担,不能与柿子、浓茶同食,两者鞣酸含量高,鞣酸与

蟹肉中的蛋白质结合会形成不易消化的沉淀物,易引发腹痛和结石;更不能与啤酒同食,易增加痛风风险。

此外,市民务必选购鲜活的大闸蟹。螃蟹死后,微生物含量会迅速升高,易产生组胺等有毒物质,可引起人体的过敏反应,严重或将危及生命。“大闸蟹冷藏保存不宜超过两天,建议即买即食。”朱杭溢补充道,蟹虽美味,却不可贪多。每次食用1-2只为宜,每周不超过3次。

融媒记者 王巧铮 郑旭华

记者帮办

便民服务邮箱 ykrm88@163.com

苏溪村摊贩占道私租车位引争议

村委会回应 正规范引导



私自占用及出租公共停车位

近日,有市民向本报“记者帮办”栏目反映,东城街道苏溪村存在大量摊贩占用道路及道路两侧停车位的情况,个别业主甚至私下将公共车位当作私有资源,出租给摊贩摆摊。该市民希望相关问题能得到苏溪村或有关部门重视。接到反映后,记者随即前往现场查看。

在苏溪村,记者看到道路两侧售卖水果、烧烤等的摊位错落分布。有的摊位直接摆在划定的公共停车位上,旁边还停着用于经营的车辆,公共停车位被挤占得所剩无几。在一处还未营业的小吃摊旁,立着“摊位出租”的红色招牌,十分醒目。

“这些摊位把道路都占了,我们开车进出很不方便,想找个车位停车也很难,只能停到村里面。”市民吕先生向记者抱怨道,“公共停车位本是大家共享的资源,现在却成了车位离谁家近就是谁的。车位被占用、出租,既影响出行,也损害了大家的权益。”

为了解情况,记者联系了苏溪村的村干部。

苏溪村:

村干部介绍,村里规划的停车位的确是公共的,村民和外来人员都可临时停放车辆。针对摆摊问题,该村原本规划了专门区域供摊贩免费使用,但由于规划区域离村口较远,摊贩们更倾向在村口、出入口等更热闹、离主干道更近的地方摆摊。“有些摊贩可能与房东私下进行了协商,就将摊位摆在了车位上。村里也很重视这个问题,前段时间专门进行了整治。我们希望引导摊贩去规划区域经营,但效果不太理想。”村干部说。

谈及市民反映的私租车位问题,村干部坦言,当村里去处理时,却没有人承认这种违规的出租行为。“这给我们管理带来了难度,不过可以明确的是,这种私占公共用地出租盈利的行为是绝对不允许的。”他说。

村干部告诉记者,接下来该村会长期持续加强管理,引导摊贩到规划区域摆摊,同时也会加大对私租车位等违规行为的排查和整治力度。他希望平衡好摆摊经营和居民出行、公共资源使用的关系,为大家营造良好的经营和出行环境。

记者手记

在对接过程中,记者能深切感受到基层治理的复杂性。一边是村民对便捷出行、公平使用公共资源的诉求,另一边是摊贩为营生寻求便利经营位置的需要,以及村庄权衡经济繁荣与规范管理间的关系。公共停车位和道路被挤占,虽然事情小,却折射出公共资源管理、村民自治等多方面的挑战。期待苏溪村村委会后续的引导与整治能取得实效,也希望在基层治理中能更好地兼顾各方利益,让村庄既充满烟火气,又保持有序的秩序。

融媒记者 邵思婷

台风退场 高温返场

未来一周,“晴热+雷阵雨”模式持续

闷热潮湿交织,晴雨切换频繁……近期,我市天气颇有几分“黄梅天”的黏腻感。随着台风“桦加沙”外围影响逐渐结束,未来7天,我市将重新被副热带高压掌控,天气将是日复一日“晴热+高温”的重复配置,防暑降温又要提上日程。

具体来看,9月26日至28日,我市天气以多云到晴为主,最高气温将维持在36℃左右,午后至傍晚时段极易催生局地强对流天气,可能伴随雷电、短时强降水及雷暴大风,需格外警惕防范。夏季高温环境下,大气层

稳定性较弱,微小扰动便可能触发强对流天气。特别提醒前往山区避暑、玩水的朋友,要提前了解天气、地形等信息,注意人身安全。

9月29日,天气格局变化不大,仍以多云为主。午后到夜间,部分地区会出现雷阵雨,最高气温降至34℃左右。转机将出现在9月30日,受高空槽东移和低层切变线影响,我市将迎来一次明显降水过程,高温也会随之缓解。随后10月1日至2日,最高气温有望跌破30℃,闷热感将大幅减轻。

很多人问,为什么到秋分了还这么热?对于永康来说,秋分是夏秋转换的关键时期。根据近30年(1991年-2020年)气候数据,永康平均气象意义上的入秋时间在10月4日。现在离入秋标准还有一定距离,真正的秋天尚未到来,还要再等一等。

台风一旦离开,副热带高压就携带高温卷土重来,再加上较高的相对湿度,熟悉的桑拿感又会回来。大家要及时补充水分,适当增加午休时间,做好防暑降温工作,谨防中暑。

融媒记者 吕晓婷