

夏日限定美味六月黄抢鲜上市

今年第一批吃螃蟹的是你吗?

俗话说,忙归忙,勿忘六月黄。农历六月伊始,夏日限定美味六月黄张牙舞爪的身影便活跃在通城各大农贸市场、商超,本应属于秋风起时的螃蟹抢鲜上市,吸引不少市民选购。

六月黄是蟹界的“小鲜肉”。据了解,大闸蟹一生中会有10多次的蜕壳,每次蜕壳代表着每一次的成长,六月黄则是大闸蟹进入成熟期前的最后一次蜕壳,亦是大闸蟹从“少年”步入“青年”的中间阶段,这一阶段的蟹黄满满,格外鲜嫩可口。

“小记”逛市场

大的卖到120元一斤

昨天,大润发观音山店内,一身薄壳的六月黄与龙虾摆在了水产区域最显眼的位置,个个鲜活好动,一经撩拨,便蹬着蟹脚机灵地躲避。“这些六月黄的产地在山东青岛,39.9元一斤,买的人还不少。”工作人员热情介绍道。

“六月黄价格主要和品质有关,三两左右的大块头能卖到120元一斤,而普通一两的则在20元一斤左右。”观音山菜市场水产摊的赵摊主告诉记者,今年六月黄的价格基本与去年持平,之后估计也不会有太大波动。

线上各平台也为吃货们提供了尝鲜的渠道。在盒马App里搜索“六月黄”可以看到,1.5两左右的14.9元一只,2两左右的25.9元一只,隔了几个小时再搜索,还出现了“库存紧张”“补货中”的字样。在“寻

味本地”小程序上,来自海安市白甸镇的野生六月黄则根据大小不同,卖到18元到58元一斤不等,颇受消费者欢迎。

挑选要看蟹身和蟹肚

“下午不到4点就全卖完啦”“剩下的一小兜被老顾客预订了”“已经被饭店采购了大部分,想吃要抓紧”……这两天,在市区多个农贸市场,经常能听到水产摊主对顾客这样说。

六月黄的出现,其实是蟹农为了降低池塘养殖密度、提高秋季蟹质量的举措。“现在是六月黄上市的早中期,目前,南通市场上大多数是从兴化批发过来的,本地的蟹农都在等着秋天成熟期卖个好价钱,因此量并不多。”富天都农贸市场的水产摊主马玉说道。

“但等到后期六月黄还会大量上市,足以保障市民在整个农历六月都能吃到。”马玉还提醒,挑选六月黄也颇有讲究,主要看蟹身和蟹肚,蟹身较胀的表示肉较多,蟹肚透着黄色的表示蟹膏多。优质的

腹壳会凸起,相反,凹下去的说明肉不多。

爆浆流黄分外鲜美

昨天,在富天都农贸市场,记者碰到了拎着六月黄的市民何女士。她说:“我要弄几只回去炒毛豆吃吃,不是图吃肉,而是吃个鲜味。”

六月黄的蟹黄呈现半流动状,尚未结成膏块,有股淡淡的苦味。而六月黄炒毛豆就是扬长避短的家常做法,洗净、蒸熟、爆香、翻炒……没有复杂的步骤,炒好以后色泽诱人、香气扑鼻、爆浆流黄、蟹鲜豆糯,各种调料非常自然地掩盖了苦味,一口下去分外鲜美。

此外,清蒸、面拖、醉炆等也是常见的六月黄家常做法。在美团、饿了么等外卖平台,新鲜上线的香辣蟹、肉蟹煲等特色佳肴也广受欢迎。虽然鲜美,但螃蟹属于寒性食物,食用过多会引起腹泻、腹胀、腹痛等不适症状,市民朋友应注意适量食用且不要空腹食用。

本报记者陆薇

通农物流日进场量超千吨 三伏天里西瓜销售火爆

晚报讯 应季而食是养生之道,眼下正是吃瓜好时节。昨天,记者从通农物流获悉,目前,应季瓜果大量上市,销量一路走高。光是西瓜,每天日进场量超过1000吨。

西瓜是炎炎夏日的标配。进入三伏天,吃点西瓜能及时补充人体所需水分,也能起到能量补给的作用。在通农物流水果区,每年7~9月份成熟上市的新疆硒砂瓜甘甜如蜜,块头大(30多斤/个),价格在1.3元/斤;美都西瓜产自盐城和甘肃,果皮为绿色,果肉为桃红色,肉质鲜嫩,价格在3元/斤;东北甜王西瓜是近年来比较受欢迎的西瓜品种,糖度高、口感好,正宗的甜王瓜是短椭圆形,价格在0.9元/斤;宁夏石缝瓜又大又甜,果肉鲜

红,肉厚籽少,沙沙的粉质口感,价格在1.2元/斤。

“目前,卖得最好的西瓜还是美都无籽瓜,皮薄汁多、口感清脆、色泽红润,深受消费者青睐。”通农物流水果区西瓜经营户透露。

其他种类的瓜果也受到市民的喜爱。“天气炎热,吃上一点酸木瓜,可以很好地刺激食欲并及时补充人体所需营养。”正在采购的李阿姨认为,“三伏天”吃木瓜特别适合,据了解,近期木瓜价格在45元/箱。此外,香瓜也能起到清热消暑的作用,香瓜中的柠檬酸还可促进消化吸收。目前,市场上的香瓜品种较为丰富:玉菇1.5元/斤、黄金瓜3.5~5元/斤、绿宝1~4元/斤、哈密瓜2.5元/斤、网纹瓜口口蜜100元/箱。

记者严春花 通讯员吴颖 曹丹舟

面向现役军人家庭征集微心愿

7月底前可填报,实物或服务需求均可

晚报讯 18日,市双拥办、市退役军人事务局发布公告,在全市范围内征集现役军人家庭微心愿,为现役军人家庭解决实际困难,不断充实“通通优军”拥军服务品牌,为我市争创全国双拥模范城“八连冠”贡献力量。

面向全市现役军人家庭征集的微心愿,具体类型可分为:

子女教育、健康医疗、衣物食品、小家电等方面物品(原则上不超过1000元)或家政服务、慰问陪护、学习辅导、求职招聘、答疑解惑、技术指导、生活求助、医疗求助、法律咨询等服务。

微心愿每半年征集一次,如果您有尚未实现的微心愿,请于每年1月底和7月底前,将真实信息填写微心愿内容,报至

当地退役军人服务中心(站)。

据介绍,征集“微心愿”是我市持续推进“你为国戍边 我为你守家”关爱现役军人家庭活动的又一实际举措。相关部门将于每年2月初和8月初,将征集到的微心愿对外公布,欢迎社会各界爱心人士、企业或社会组织认领,帮助解决实际困难。 记者何家玉



暑期托育

18日,在崇川区钟秀街道立宝托育中心示范园拍摄的画面。我市是江苏省第一批国家支持社会力量发展普惠托育服务专项行动的试点城市,目前已建成各类托育机构近490家。“立宝托育”是南通第一家获得备案证的托育机构,已打造20个社区普惠园,满足家庭多层次、多样化托育服务需求。 记者许丛军

南通报业大型线上分类信息发布平台,值得您信赖的“信息百宝箱”——

“通通帮”线上推送

办理方式:一、南通日报微信公众号首页底部点击分类信息;二、南通发布App首页底部点击分类信息;三、扫描右侧二维码。帮帮热线:0513-85118889



登录请扫码



咨询请扫码

南通日报社遗失启事、公告刊登

办理方式:一、线下办理可至南通报业传媒大厦(南通市世纪大道8号)22层2210室;二、线上办理可微信搜索小程序“南通报业遗失公告办理”。刊登热线:0513-68218781



线上办理请扫码



友情提醒:有意在本栏目投放分类广告的客户,可至南通报业传媒大厦办理相关手续。

招聘求职 保洁清洗 搬家搬迁 征婚交友
家政服务 房屋租赁 二手车讯 快餐外卖

创办十九年,数千对成功配婚,良好的社会口碑

鸿运婚介

凡来鸿运婚介征婚、交友的单身男、女照片或手机号都不会透露给其他人,这是我们的职责。
承诺:不满意不付婚介费 微信号:18912286139 13962983156
小石桥红绿灯东100米马路北四路车站楼上 征婚热线:85292569 15851252008