

## 消费提示

“

端午节期间,粽子将成为节日饮食中不可或缺的一种美食,那么在选购、烹饪、储存和食用粽子等环节需要注意哪些事项?

# 安全吃粽子 平安过端午

## 包装破损的粽子 易造成细菌入侵

首先,消费者应从正规渠道购买粽子。其次,挑选时,真空包装粽子、塑料袋或铝箔袋粽子包装应完好,不要有破损、漏气或胀袋等现象。粽子的尖角容易刺破软包装材料,一旦破损,易造成细菌侵入从而引起粽子变质。也应该注意观察粽子外包装是否有印刷清晰的厂名、厂址及生产日期和保质期等。尤其是新鲜粽子,由于其保质期很短,要尽可能挑选出厂时间较近的产品。

## 不过度追求粽叶颜色 杂豆粽子要煮透

粽叶经过高温蒸煮后绿色会褪去一些,略发黄,属正常现象。消费者在购买粽子时,不要过于追求粽叶的颜色。粽叶过度鲜绿,并不是真实自然的。一般情况下,墨绿、黄绿、淡黄都是正常的。新鲜粽子、速冻粽子的粽叶应包裹完好,粽体应形状完整,无露米、变形现象,粽线捆扎松紧适度。

很多含有杂粮或杂豆的粽子,需要较长的蒸煮时间才能煮熟煮透。冷粽子因淀粉返生、脂肪凝固等原因不宜直接食用,否则影响粽子的口感及风味。特别是肉馅粽子等含油脂较高,更应当煮熟煮透后食用。煮制时间可参考产品包装上的说明。

## 粽子不宜在常温下闷放

粽子分新鲜粽子、速冻粽子、真空包装粽子(常温粽子),不同类别应采用不同的存放方法。新鲜粽子每次要少量购买,即时食用,食用剩余的粽子应及时冷藏或冻藏。

端午节气,天气比较炎热,南方地区更是湿度较高,粽子营养丰富,含水较高,容易酸败,霉菌等致病菌极易生长繁殖。不能常温下闷放在不透气的塑料袋中,如能在2-3天内食用完,可放置在冰箱中冷藏;如要存放多日,宜放入冷冻格冻藏。

真空包装的粽子开袋后同样需及时冷藏或冻藏。常温粽子可直接放在室内阴凉处存放,也可在冰箱冷藏室存放,不建议放在冰箱冷冻室存放,以防止包装袋冻裂。如果是自制粽子,注意随包随吃,粽香会更加浓郁。

## 糖尿病患者等特殊人群 应控制食用量

粽子大多属于高糖(高淀粉)、高能量的食物,食用时,最好搭配一些蔬菜、汤羹等,既均衡营养,又有助消化。对于糖尿病、三高、肝胆等疾病患者一定要控制食用量。即使是正常人一次也不宜过量食用,以免引起胃肠负担过重,造成消化不良。

(综合)



## 热门旅游

## 网红达人“兔三岁” 6月16日中峰洞、诺水洞漂流开播

烈日炎炎哪里去?清凉的地方不热闹,热闹的地方不清凉,既清凉又热闹的地方又在何方?答案是天下第一洞中峰洞以及亚洲溶洞第一漂诺水洞漂流。

6月16日,抖音男神——街唱第一人“兔三岁”将亲身莅临中峰洞、诺水洞漂流,并将现场直播,你准备好了吗?

作为“全球范围内独一无二的新经济物种”,网红主播一直以来都是最逆天的存在!分分钟上热搜,收获无数个zan,轻轻松松称霸网络,这就是当今大家最为喜爱的网红达人的日常。

拥有百万粉丝的网红达人“兔三岁”原名王飞,他不仅拥有一张帅气的面孔,还有一副悦耳动听的好嗓子,因此也成為了无数人的偶像。然而,迅速爆红的背后,是王飞多年来扎实唱功的积累与其坚持不懈的努力。先后在全国多个城市做过驻唱歌手,在音乐这条道路上持续奔跑,凭着自身优秀的条件和发愤图强,王飞终在全网优秀主播中占得一席之地。

入驻抖音三个月吸粉百万,以亲民的风格复活众多粉丝的心,每天街头演唱四小时,加上扎实的唱功,“兔三岁”王飞成为街头演唱第一人。不仅如此,“兔三岁”还推出了个人单曲《还开不了口》,在江苏南

广告

通中南城直播开唱,在万州三峡学院校园举行活动,在成都环球、重庆南坪万达广场街唱,将动听的歌曲、青春的活力与满满的正能量带给更多人!

6月16日,“兔三岁”王飞受邀将莅临天下第一洞中峰洞、亚洲溶洞第一漂诺水洞漂流开启直播!天下第一洞中峰洞又名佛光洞,位于四川省东北部巴中市通江县境内,因集雄、美、险、秀、奇、幽于一体而被誉为罕见的地下岩溶博物馆。中国工程院院士、地质学家卢耀如为其亲笔题词:“胜景洞天,雄伟神奇”。

与天下第一洞中峰洞相距近200米的诺水洞漂流,同为中国十大旅游名洞,全长3000余米的诺水溶洞漂流更是被誉为亚洲第一漂。诺水溶洞漂流蜿蜒曲折,时而缓流轻越,时而激流勇进,时而惊涛骇浪,沿途桥、古树、田野、村庄,无限风光尽收眼底,惊险刺激又美不胜收。

洞内温度常年恒定在18度左右,炎炎夏日,清凉舒适的中峰洞、诺水洞漂流正在迎来客流高峰。此次邀请街头演唱第一人“兔三岁”现场直播,将网红影响力与旅游胜地完美结合,中峰洞、诺水洞漂流意在带给广大游客更优质的出游体验。

(戚劲松)

## 欧尚汽车产品新战略布局发布会 达州站举行

6月13日,欧尚汽车产品新战略布局发布会达州站,在涛源国际大酒店圆满落幕,发布会上,欧尚汽车对旗下全系产品进行了全新市场定位,并发布了全新价格体系。基于对用户及市场的深刻理解,欧尚汽车主动退出传统燃油面包车市场,正式向乘用车方向转型。

随着昔日微车标杆长安主动退出传统燃油面包车市场,欧尚汽车为“小城青年”需求升级提供更适合家用的乘用车产品。

欧尚汽车把握市场趋势,坚定地乘用车方向转型,为“小城青年”需求升级提供更适合家用的乘用车产品。立足“小城青年”既要SUV的外形,MPV的舒适,又要保留多功能大空间的独特需求,欧尚汽车以MPV和SUV两条产品线共发展,全面布局5-10万级乘用车市场,为中国“大家庭”提供驾乘舒适的品质用车。其中,MPV系列:长安欧尚售价区间:5.89—11.99万元;SUV系列:长安欧尚售价区间:4.99—10.19万元。

欧尚汽车看准需求升级带来的巨大商机,主动开启变革。以客户为主导,布局10万级以上更具时尚个性、驾乘品质的乘用车领域,为消费者带来品质座驾——欧尚COS1°。

据悉,未来,欧尚汽车在整体产品布局方面,将以客户为主导,在产品端聚焦智能、互联、新能源领域,每年推出2—3款全新产品,满足客户真实需要的个性服务与体验。

广告

(张春华)

## 新车资讯