

(第60期)逢周五刊登

昨日小暑,民间有“小暑节气吃黄鳝”的说法——

市场上的鳝鱼大多进了饭店



本报7月7日讯(记者 马云云 实习生 刘秦) 7日是农历二十四节气之一的小暑,在民间有小暑节气吃黄鳝的传统,甚至有“小暑黄鳝赛人参”的说法。省城市场的鳝鱼销量怎么样?大多来自哪儿?一般都被哪些人消费了?记者进行了走访。

7日早晨7点半,在济南海鲜大市场,来自齐河县的王女士站在自己的水产摊位旁,向过往市民招呼着生意。在她的面前摆放着两箱活鳝鱼,这些都是来自齐河的野生鳝鱼。王女士已经卖

鳝鱼七八年了,她说,每年从端午节前本地鳝鱼便开始上市,每天走的量多的两百多斤,少的有几十斤。

在历下区一家集贸市场,一位市民正在水产摊位上挑选鳝鱼,“听说小暑要吃鳝鱼,给孩子买点。”不过,不少水产摊主分析说,或许是知道“小暑吃鳝鱼”的市民不多,或许是太贵,最近鳝鱼的销量没多大变动,倒是端午节的时候卖得比较好,“当天卖到断货。”一位摊主说。

这些年,由于野生鳝鱼产量低,加上人们的消费需

求在增加,鳝鱼价格也在小步前进。王女士的鳝鱼分两种,肥大的一箱每斤价格为30元,细小的每斤25元。她告诉记者,刚干这一行的时候,她卖过每斤十几元,后来价格不断上涨,好一些的去去年每斤卖25元左右,今年就涨到了30元。

“一般是饭店买的多。”多位摊主这样告诉记者。而在那些以零售为主的集贸市场,更是少见鳝鱼的身影。省城一家酒店负责人坦言,一份以鳝鱼做原料的菜品价格一般七八十元,消费水平一般的客人基本不会点。

业内人士介绍说,济南市面上销售的鳝鱼主要来自周边的齐河、济阳、章丘等地。一般来说,本地鳝鱼从端午节前上市,能一直卖到10月份,之后本地鳝鱼开始冬眠,来自湖北、安徽等地的南方鳝鱼开始唱主角。

据介绍,南北方鳝鱼在外形上有细微差异,如果不仔细观察看不大出来,“南方鳝鱼相对较粗、较短,本地鳝鱼则相对细长,南方鳝鱼的颜色也不如北方鳝鱼颜色深。”一位摊主表示,总体感觉南方鳝鱼的口感不如北方。

●提个醒儿

虽然能健脑不宜吃太多

本报7月7日讯(记者 马云云 实习生 刘秦) 鳝鱼营养丰富,业内给出了几乎一致的答案。山东省营养学会副会长、千佛山医院营养科主任杜慧真说,鳝鱼富含优质蛋白质,可以补脑健脑。不过她同时提醒,市民食用时要控制好量,一些特殊人群并不适于食用鳝鱼。

“鳝鱼富含优质蛋白质,气血不足、体质虚弱的人吃了可以强身健体。”杜慧真说,中医上认为,鳝鱼补肝、补肾而且养血,因而妇女,尤其是产妇和正处于哺乳期的女士常吃一些鳝鱼肉或者鳝鱼汤对身体非常好。此外,鳝鱼肉中DHA(即人们常说的脑黄

金)和卵磷脂含量高,因而吃鳝鱼可以补脑健脑。“考试前给孩子买鳝鱼吃,可以很好地补充脑营养。”杜慧真表示,“比给孩子买各种保健品健康得多”。

虽然营养丰富,但市民在食用时仍不宜“吃过了”。杜慧真说,鳝鱼属于动物性食品,吃多了可能会造成“血脂增高”。她建议,市民每天吃50克到100克为宜,或者一周吃两三次,每次四两到半斤就可以了。

不过,也有一些特殊人群并不适合吃鳝鱼。杜慧真说,患有中风、哮喘、皮肤瘙痒、皮肤过敏的市民,以及正在拉肚子的人群尽量不要食用鳝鱼。

●教您一招

传统鲁菜炒鳝糊的做法

济南向来就有吃鳝鱼的传统。济南烹饪协会会长李建国介绍,在传统的鲁菜菜谱中,就有一道名为炒鳝糊的菜。

把鳝鱼切成丝后,给鳝鱼丝上浆,之后放在热油里过一遍,再放盐炒。炒熟盛到盘子里以后,在盘子中间“扒个窝”,在“窝窝里”撒上胡椒

粉,再用热香油往胡椒粉上喷,这样胡椒粉就被喷到整盘菜内。整道菜呈鲜咸口味并带胡椒味,有典型的鲁菜特色。

李建国提醒,市民在选购鳝鱼时,一定要买活的,而且那些颜色黄、亮的鳝鱼较好。 本报记者 马云云 实习生 刘秦

人工繁殖的技术还不过关 九成以上鳝鱼为野生

本报7月7日讯(记者 马云云 实习生 刘秦) “目前我们吃的大部分鳝鱼都是野生的。”业内人士表示,由于目前鳝鱼人工繁殖的技术还不过关,市面上销售的鳝鱼多为野生。

一位多年从事渔业研究的业内人士表示,鳝鱼繁育比较困难,养殖时的活卵量并不高。另一位水产专家表示,目前有关鳝鱼的人工繁殖技术还不过关,人工养殖中面临的一些难题还没有破题,因此,市面上90%以上的鳝鱼都是野生的。该水产专家说,现在一些来自

湖南湖北的鳝鱼据说是人工养殖的,事实上,这些鳝鱼苗都是从稻田或者河沟内找到的野生苗种。

网上曾有传言说,一些人在人工养殖时给鳝鱼喂食了雌性激素,这位专家认为,这不大可能,因为没多大用。他说,鳝鱼为雌雄同体,一生只繁殖一次。它们的胚胎发育到第一次性成熟时为雌性,繁殖完之后便逐步过渡为雄性,直到死去。他介绍,根据经验,体长三十六七厘米的鳝鱼一般为雌性,比这个长的一般为雄性。

市内五区几大集贸市场肉菜价格对比

品种	天桥	市中	历下	历城	槐荫	平均	涨幅
	无影山集贸市场	二七集贸市场	吉祥苑集贸市场	七里堡集贸市场	八里桥集贸市场		
五花肉	14	14	14.5	15	13.00	14.1	1.44%
精瘦肉	15	14	15.5	15.5	15.00	15	1.35%
牛肉	18	18	18	18	19.00	18.2	0.00%
羊肉	24	26	27	25	27.00	25.8	0.78%
鸡蛋	4.5	4.8	4.7	4.7	4.60	4.66	2.64%
芹菜	1.5	1.3	1.3	0.7	1.50	1.26	-5.97%
大白菜	1.8	1.8	1.8	0.6	1.50	1.5	12.78%
油菜	1.8	1.6	2.5	1	1.20	1.62	8.00%
黄瓜	1	1.2	1.5	1.3	1.40	1.28	4.92%
萝卜	1		2	1.5	0.80	1.33	10.83%
茄子	1.2	1.3	1.1	1.4	1.00	1.2	1.69%
卷心菜	1.3	1.2	1.3	0.5	1.20	1.1	5.77%
西红柿	2	2	1.7	1.3	1.70	1.74	3.57%
土豆	1	1.3	1.4	1.2	1.20	1.22	7.02%
尖椒	1.5	1.3	1.4	1.5	1.00	1.34	3.08%
菠菜	3.5	3	4	2.5	2.50	3.1	14.81%
大葱	1.2	1	1.2	0.9	1.00	1.06	3.92%
蒜薹	2.8	3.5	3.5	2	2.80	2.92	9.77%
菜花	2	2.5	1.7	1	1.50	1.74	24.29%
韭菜	1.2	1.3	1.5	0.9	1.00	1.18	-1.67%

数据来自济南市物价局。 马云云 整理

EIC 启德 学府 留学

全球上千所著名院校指定的官方招生机构 | 18年专业经验,20所分支机构,1000名专业顾问 | 平均每天为255名考生提供留学服务 | 国家教育部认证的合法留学服务机构

北美留学高峰论坛 美加名校解读会

时间 7月9日(本周六) 14:00-18:00 **★北美留学趋势及热门专业分析** **★快速入读北美名校途径解析**
地点 学府大酒店3楼大宴会厅(济南千佛山路6号) **★TOP50高性价比大学现场展示** **★北美考试名师指导、现场模拟**



张杨
哈佛大学硕士

哈佛学者,被哈佛、斯坦福等美国7大名校同时录取,赴美留学。出版畅销书《我的哈佛日记》、《年轻的战场》,拍摄百集纪录片《穿越欧洲》、《穿越美国》等,博客点击过千万,现任启德教育集团市场总监。



郑朝予
教育管理学历博士

北师博士,北大硕士,北外学士,国内顶尖北美考试辅导名师,启德集团培训事业部副总经理,睿智、幽默、才华横溢。

现场重磅讲座

- 有前景:国内首次发布《北美留学前景分析报告》
- 有攻略:哈佛王子详解入读美加名校黄金攻略
- 有方法:专业留学顾问分析名校开学的多种选择
- 有干货:名师揭秘北美语言考试最新情报

预约热线 82960666

讲座时间	讲座主题	主讲人
14:00—14:50	美国留学最新趋势及择校攻略	张杨(哈佛学者)
14:50—15:40	加拿大留学优势及专业选择技巧	张杨(哈佛学者)
15:40—16:30	北美留学语言考试高分技巧分享	郑朝予(教育管理学历博士)

EIC 启德 学府 留学专业办理美、加、英、澳、新、法、韩、荷、德、日留学,提供高分高能精品外语培训。

公司地址:济南千佛山路6号学府大酒店B座3层 电话:0531-82960666 网址:www.eic.org.cn