



## 大视窗

# 南方蔬菜秋葵济南遇冷

### 北方人大多没见过,价格也有点高



菜篮子

本报7月7日讯(见习记者 王皇 实习生 刘雯) 近日,不少市民发现一种名叫秋葵的菜在各大菜市场上市了,价钱还不便宜,约10元一斤。这种南方人的家常菜在济南市民眼中还很陌生,不少市民不知如何食用。山东省千佛山医院营养科主任杜慧真医生说,秋葵属于蔬菜,含糖量低,糖尿病患者以及高血压、高血脂、肥胖的人都可以食用。

近日,不少市民在菜市场上发现了一种叫秋葵的新蔬菜,长得像青椒,横切面为五角或六角形,也有圆形,仔细观察可以在表皮上看到一层茸毛。在南方又被叫做“洋辣椒”,在江西等地较常见,买回去切开后一炒就有长长的粘液。

在棋盘社区菜市场,有两个菜摊在销售秋葵,但仅是很小的塑料袋,比其他常见蔬菜少得多,前来询问的顾客也少,不少市民表示没有见过,“不知道秋葵是个啥蔬菜,更没吃过。”一位摊主表示,“来买的人并不多,基本上都是年轻人,老人们大部分都没听说过这是个什么菜。”据摊主介绍,秋葵有两种,一种绿颜色,一种红颜色,济南菜市上多是绿色秋葵。

济南德冠现代农业示范园

区的秋葵专业种植户李女士介绍,秋葵最先是从国外引进的。由于济南的土壤、气候比较适合种植秋葵,因此近两年来济南也出现了一些秋葵专业种植区。“目前市面上常见的秋葵大部分都是商贩们从北京、东营那边进来的。”

记者了解到,目前在江西赣州市秋葵售价为3元一斤左右,而在济南秋葵则卖到了10元一斤,有的卖12元。

山东省千佛山医院营养科主任杜慧真医生说,秋葵含有丰富的胡萝卜素、维生素C、多种B族维生素,以及钾、钙、镁等多种人体需要的营养元素。虽然没有

直接依据说秋葵可以治疗糖尿病,但是由于它属于蔬菜,含糖量低,因此糖尿病患者以及高血压、高血脂、肥胖的人可以食用。“一般人若是喜欢吃秋葵,每天食用300-500g一般没什么问题,但是消化不良、腹泻的人不宜多吃。”但对秋葵的补肾作用,杜慧真表示没有明确的医学依据。

李女士说,“目前购买秋葵的客户主要是酒店,秋葵有很多种吃法,酒店经常上的蔬菜拼盘里常有秋葵,蘸酱十分好吃。”秋葵的做法其实很简单,可以炒鸡蛋、炒肉丝,不少南方人喜欢清炒秋葵,炒熟后的粘液常用来拌饭吃。

### 附:凉拌秋葵的做法

- 1.秋葵洗净,为保留秋葵内的粘液,只需去蒂,无需切块。
- 2.烧开一锅水,加少量油,把秋葵放到锅里焯煮1分钟,然后取出放入冰水中。
- 3.把橄榄油、奇异果丁、番茄丁、洋葱末、柠檬汁、盐、红椒末、香菜末调成一碗酱汁。
- 4.秋葵滤干水,放入碗中,淋上酱汁即可。



## 蓝莓跌破10元大关

### 青岛蓝莓产量增加拉低价格



果盘子

本报7月7日讯(记者 任磊磊 实习生 赵可心 刘雯) “一小盒蓝莓8块钱就能买到了,真是太便宜了。”近日,喜欢吃蓝莓的济南市民张女士发现,今年蓝莓价格跌破十元大关,价格走低让她可以开怀畅吃。记者走访发现,济南销售的蓝莓大多来自青岛,今年蓝莓价格普遍走低,主要原因是该地区蓝莓产量大增。

“今年蓝莓真便宜,我打算多买点,做蓝莓酱吃。”7日上午,记者在历山路一水果摊前见到了正在购买蓝莓的济南市民张女士。她告诉记者,自己一直很喜欢吃蓝莓,但是往年蓝莓价格都比较高,一小盒三重的蓝莓要二三十块钱,她都是买点解解馋。可是今年入夏以来,她发现蓝莓的价格持续走低,“同样3两重的蓝莓,最低时候价格才七八块钱一盒,便宜了不少。”

在三孔桥农贸市场做水果生意的范先生告诉记者,他做水果生意这么多年来,蓝莓价格今年首次卖破十元大关,“往年一盒三两重的蓝莓,最便宜时价格也要15-20元,但是今年蓝莓的价格一直在10元左右徘徊,今天蓝莓的价格是10元/盒,前两天七八块钱一盒。”范先生表示,今年蓝莓的进价也很便宜,大约在20元/斤,往年进价则差别比较大,从四五十元到七八十元不等。

范先生表示,济南所销售的蓝莓绝大多数是从青岛运过来的。“青岛有蓝莓基地,听说那里产量持续走高,所以价格也下来了。”据悉,济南章丘也种植蓝莓,但是产量比青岛少得多,大多成了当地市民采摘基地。

堤口路水果批发市场的一位工作人员介绍,目前蓝莓的价格相对比较平稳,价格比往年降了不少。主要原因是青岛地区蓝莓的种植面积扩大,供应产量增加,拉低了市场价格。从事蓝莓生意的周先生称,这一价格有望持续到八月份左右蓝莓采摘季节结束。

## 出租

济钢浩岳财富中心16600余平, 20万消费人群,多所学校环绕,适合各类型教育培训、商务宾馆、银行、医院、商务办公等。



户外全彩LED屏幕、灯箱广告位对外招商! 电话: 0531-66616616梅老师

## 山师东路易购天街 消夏特色小吃广场

### 招商火爆进行中

喝啤酒、看比赛、赏演出 更有“世界杯”互动节目

### 6月盛大开业

余铺不多,机会难得,速来预订!

地址: 济南历下区山师东路与和平路交口 招商电话: 82060688

## 玉兰广场紧邻龙奥大厦

### 纯甲级写字楼招租

纯中心 纯租赁 纯甲级

玉兰广场,位于济南奥体CBD核心位置,毗邻奥体中心、龙奥大厦、喜来登大酒店等,系山东天齐集团整栋持有,现统一招租。

与世界五百强为邻 错过不再

1850m<sup>2</sup>标准层通透大空间,三面环山,风景宜人,创造济南最优美的办公环境。已经有数家世界五百强企业入住,目前仅余六层,现面向社会诚招优质企业。

咨询热线: 0531-69957799 李经理: 13290332417

## 山师东路 休闲娱乐一条街

### 0.6元/m<sup>2</sup>/天起

咖啡厅、麻将、棋牌室、茶室、水吧、桌游、按摩、婚庆、美容美发、摄影工作室、小型培训学校等业态均适合

地址: 山师东路与文化东路交叉口向东80米(山艺南院) 招商电话: 86941688

## 出租大小车间及办公楼

位于英雄山路延长线,绕城高速南出口北2公里,价格面议。18615185770

## 汽配企业合作转让

本公司位于重汽发动机北3公里,有证52亩,厂房、办公楼等设施1.6万平方米,还有部分空地可再建,配套经营为主。现寻求合作或整体转让。(非诚勿扰) 联系电话: 15588888308

## 低价转让KTV

本公司另有重大投资项目,需低价转让营业中KTV。KTV在本地拥有很高的知名度,拥有会员5000多名,场所各种证照齐全(消防证、文化证、工商、税务、卫生、烟草证等) 有意者价格面议,非诚勿扰 联系电话: 13001713581 13869125149 王先生

## 大型建筑石料矿 转让

联系人: 张经理 电话: 13853107078

## 济南长途汽车东站 旺铺招租

位于二环东路和工业南路交叉口 紧邻多条公交线路, BRT站牌 交通便利, 附近居住小区密集。

电话: 15866618351吴先生 地址: 历城区二环东路4110号

## 厂房出租出售

位于济莱高速出入口,占地30余亩,建筑面积一万余平方交通便利,水电齐全,绿化完善,环境极其优美。价格面议

电话: 13066030377 13688613749孟总

## 二环西路边 绝佳地带

可经营宾馆,医院,养老院 洗浴中心,汽车售后,商铺 各大公司及工厂仓库等 约4000多平

联系人: 房先生 156 1551 1151 万先生 152 5417 3177

## 写字间出租

金街花园路154号(国美电器东临)嘉馨大厦第五层,1222平方米。整体出租,配备中央空调,精装修,附带五个停车位,适合办公及培训等。

电话: 13864117538

## 大明湖路 三层独栋商铺

大明湖南岸唯一在售独栋商铺! 730平米,全临街,送庭院,送露台,巨幅门面展示。

租售热线: 0531-83199999

## 旺铺出售

嘉华商业街沿街 黄金商铺300平米单一层 位置优越回报率高 证件齐全投资精选

联系电话: 13805318811

## 厂房出租

现有钢结构厂房及办公楼 14000平米,位于大桥镇政府向东两公里220国道旁。位置好,交通便利,配套设施齐全,院子很大,可做物流、仓库、生产加工等使用,价格面议,整租优先,也可分租。

联系电话: 13953169888 卢先生

## 承包 转让

泉城路繁华地段 500余平营业中餐厅 承包或转让

联系电话: 86501555 15064030777