



## ●长清石榴采摘

每年金秋时节,也是石榴成熟的季节。掰开一个石榴,不管是酸口,还是甜口,都会露出一个个红透了的石榴子。说到这里,你是不是已经馋了呢,那还等什么,赶紧亲自去摘几个吃起来吧。

石榴果实如一颗颗红色的宝石,果粒酸甜可口多汁,并且营养价值高,富含丰富的水果糖类、优质蛋白质、易吸收脂肪等,可以补充人体能量和热量,但是不增加身体负担。果实中含有维生素C及B族维生素,有机酸、糖类、蛋白质、脂肪,以及钙、磷、钾等矿物质。能够补充人体所缺失的微量元素和营养成分。石榴体内还富含丰富的各

种酸类包括有机酸、叶酸等对人体具有保健功效。石榴不仅果实营养成分丰富,而且它的叶子和它的果实核都是非常有价值的。

石榴的营养特别丰富,含有多种人体所需的营养成分,据分析,石榴果实中含碳水化合物17%,水分79%,糖13%-17%,其中维生素C的含量比苹果高1-2倍,而脂肪、蛋白质的含量较少,果实以品鲜为主。

记者了解到,长清双泉镇自古就有种植石榴的传统,大家可以到这里采摘石榴,品尝传统农家美食。



## ●鲜核桃采摘

核桃,落叶乔木,原产于近东地区,又称胡桃、羌桃,与扁桃、腰果、榛子并称为世界著名的“四大干果”。既可以生食,炒食,也可以榨油、配制糕点、糖果等,不仅味美,而且营养价值很高,被誉为“万岁子”、“长寿果”。

很多人都认识核桃,但未必知道核桃树长什么样子,更不知道核桃坚硬的外壳外面其实还有一层绿色的壳。现在这个时候,正是鲜核桃成熟的季节,如果你有时间,不妨带着家人去采摘一下鲜核桃,体验一下从树上亲手摘下鲜核桃。

采摘鲜核桃最佳地点,首先也是南部山区了,不管是仲宫、柳埠还是西营,都有大量种植核桃的农户,在103省道以及港西路路边,也都立有核桃采摘的牌子。



## ●平阴洪范池苹果采摘

说到苹果,很多人都会想到红富士,也有人会说,9月份还不是苹果成熟的季节。小编想要告诉大家的是,虽然红富士苹果还挂在枝头没有成熟,但是咱们身边已经有很多口感超级棒的苹果已经红彤彤成熟了。

这个季节的平阴县洪范池镇驻地的苹果园内,红彤彤的苹果已经挂满枝头,走在苹果园间的小路上,两边都是已经成熟的大苹果,让人忍不住伸手都会摘下几个品尝起来。据果农介绍,现在成熟的是玫瑰红以及黄金帅两种,这里种植的苹果属于无公害产品,也属于这个季节最新鲜的苹果。而且在这里种植的玫瑰红苹果属于泉水浇灌出来的苹果,从树上摘下一个苹果,仔细咀嚼之后,嘴里满满都是酸甜爽口的味道。

想要采摘的市民可要记准线路,从济南市区出发,经高速到达平阴县城,再经220国道到达洪范池镇驻地。到达这里之后,你就会发现道路两侧都是收苹果的大车,而跟农户打听一下,就能到达果园了。

## ●南部山区苹果采摘

说到南部山区采摘苹果,可能更对很多人的“胃口”,这里环境优美,而且距离济南市区较近,本来就是济南市民周末游玩的好去处。

每年中秋节,位于济南南部山区历城区西营镇上罗伽村的金帅苹果就成熟了,大家可以到这里的果园内采摘苹果。而到了10月份,作为省名牌高山高效苹果也就成熟了,口感那叫一个棒。

自驾线路为,经十东路—港西路—西营镇政府驻地—西营至跑马岭路—上罗伽村。每年9月份,历城区锦绣川办事处庵而村苹果观光园中有十几个苹果品种可供采摘,该观光园保留有小国光、青香蕉、红香蕉、印度苹果等老年人喜欢的苹果品种。

自驾线路为市区—英雄山路—南外环—省道103线—仲宫大桥—327省道—庵而村。

秋高气爽,正是出游的好时节,金秋也是收获的季节。每到周末,很多家庭都会全家出动,到郊区或者南部山区出游,如果能再采摘点农副产品,让一直在城市里生活的孩子沾沾一年中最有生机的地气,也就是最好的了。本报记者总结了适合这个季节采摘的相关线路,需要告诉大家的是,可是要保存好哦,大家可以长期使用。

# 秋高气爽 去采摘吧

本报记者 王倩



产地直供  
鲜活到家  
现捕现发  
假一罚万

记者原产地探源 为您选出正宗好蟹

秦水王

# 阳澄湖大闸蟹

苏州市阳澄湖大闸蟹行业协会常务理事单位直供

蟹卡  
预购电话: **0531-85196715**

套餐	套餐内容	数量	销售价	产地直供价
珍品套餐A8	公蟹3.0两 母蟹2.0两	8	¥428	¥298
智享套餐MB8	母蟹2.5两	8	¥568	¥398
睿享套餐MC8	母蟹3.0两	8	¥998	¥698
有机臻选XD8	公蟹4.5两 母蟹3.5两	8	¥2688	¥1888



阳澄湖大闸蟹交流群  
QQ: 214021979