

秋茶日照绿，  
本报社仍在售

秋茶抢购热线18663676778

本报12月26日讯(记者 马媛媛 韩杰杰)26日,不少曾经购买过本报秋茶日照绿的市民打来热线,咨询好茶是否还有货。本报绿茶销售组委员会表示,目前秋茶日照绿仍在售,市民可以直接到本报编辑部(福寿街与北海路交叉口金诺大厦10楼)抢购,也可以拨打热线18663676778进行电话预定。

26日,记者走访潍坊茶叶市场发现,如果想买正宗的秋茶日照绿,恐怕很难了。在新华路附近的一家绿茶销售店,当被问及有没有秋茶日照绿时,销售人员称,今年日照绿茶减产,售价高,店里并没有进货。而在另外一家销售店,销售人员直接拿“夏茶”冒充秋茶,被记者识破后,该销售人员称,目前

店里销售的“秋茶”都是在8月底9月初采摘的,品质接近秋茶。由于正宗的秋茶日照绿产量低,店里并没有进到货。

记者发现,像这样的茶叶销售商不在少数。近日,不少曾经购买过本报秋茶日照绿的市民给本报打来热线,“我想再订购两斤,你们还有货吗?”家住小商品城附近的赵先生说,他在一个月前购买了些秋茶日照绿,品质非常不错,所以想再继续订购两斤。

本报绿茶销售组委员会相关负责人介绍,今年日照干旱少雨,有的茶树叶子都干死了,日照绿茶的茶叶减产严重,茶叶的价格一直居高不下,所以,商家想购买到正宗的秋茶,确实不容易。本报编辑部也特别提醒市民,目前售价为258元一斤的西湖晚秋和南湖晚秋均有货,市民可以到本报编辑部(福寿街与北海路交叉口金诺大厦10楼)抢购,也可以拨打热线18663676778进行电话预定。

## 带你认识牛蒡茶



相信很多人一定有这样的疑问,到底牛蒡是什么东西?是牛身上的一部分吗?查遍资料才知道它是一种植物。

牛蒡属菊科类,两年生草本植物,其根深叶茂,富含人体所需的多种维生素及矿物质,其胡萝卜素含量在蔬菜中居第二位,比胡萝卜高150倍,蛋白质和钙的含量为根茎类之首。

据检测,牛蒡含有丰富水分、蛋白质、脂肪、糖类、维生素A、B1、C及矿物质钙、

磷、钾、铁和膳食纤维,对糖尿病、高血脂症、动脉硬化、便秘、解肝毒具有明显效果。它能清除体内垃圾,改善体内循环,促进新陈代谢,被誉为大自然的最佳清血剂。尤其牛蒡含有一种非常特殊的成分,叫“菊糖”,是一种可以促进荷尔蒙分泌的精氨酸。相信以牛蒡为原料的牛蒡茶可以将牛蒡的营养更有效地被人体吸收。

牛蒡早在李时珍的《本草纲目》中就详细记载其能“通十二经脉,除五脏恶气”、“久服轻身耐老”,也就是说,经常食用牛蒡可以减肥、抗衰老。天天饮牛蒡茶,既简单又方便,清肠排毒,减肥效果不错。喝牛蒡茶减肥,瘦身绝不伤身。

## 奉茶之道：酒满茶半

我国历来就有“客来敬茶”一民俗。古代的齐世祖、陆纳等人曾提倡以茶代酒。唐朝刘贞亮赞美“茶有十德”,认为饮茶除了可健身外,还能“以茶表敬意”、“以茶可雅心”、“以茶可行道”。

最基本的奉茶之道,就是客户来访马上奉茶。奉茶前应先请教客人的喜好,如有点心招待,应先将点心端出,再奉茶。

俗话说:酒满茶半。奉茶时应注意:茶不要太满,以八分满为宜。水温不宜太烫,以免客人不小心被烫伤。同时有两位以上的访客时,端出的茶色要均匀,如有点心放在客人的右前方,茶杯应摆在点心右边,杯耳的握柄要朝着客人的右边。

## 巧吃牛蒡 消脂排毒

牛蒡茶是一款不错的健康茶饮,对便秘的人来说,喝牛蒡茶是不错的选择。而且,牛蒡茶除了治便秘、润肠道等功效外,还有不少的作用。牛蒡茶的功效与作用,您知道吗?牛蒡茶有辅助降血压、降脂减肥、防治结石等功效。

## 1、润肠、通便、抗癌防癌

牛蒡的根部含有一种能促进大肠蠕动的膳食纤维(又称粗纤维),也含有一种可促进大肠内有益菌生长的酵素,同时,作为一种中药材,其药理功能是疏风清热、解毒、消肿、去火(按中医理论,便秘是“火”大的一种症状),所以常吃牛蒡非常有利于便秘的改善,且见效快,有益健康的同时,还对防治痔疮和直肠癌有很好的效果。

## 2、降脂减肥治结石

牛蒡根含有丰富的水溶性膳食纤维和菊糖,它们可增加胆固醇的排泄,阻断胆固醇的肝肠循环,干扰小肠微粒的形成,最能减少脂肪的吸收,从而达到降低血脂和减肥的目的。可吸收胆汁酸,增加胆盐的排出和胆固醇的排泄,因此具有防治结



本报淘宝大集在售的牛蒡茶。本报记者 孙国祥 摄

石的作用。

## 3、辅助降血压

高血压形成的主要原因是人体内钠含量过高,而常吃牛蒡对高血压疗效显著。牛蒡根中的膳食纤维具有吸附钠的作用,并随粪便排出体外,使体内钠的含量降低;牛蒡根中钙的含量是根茎蔬菜中最高的,钙具有把钠导入尿液并排出体外的作用;牛蒡根中蛋白质的含量也极高,蛋白质可以使血管变得柔韧,能把钠从细胞中分离出来,并排出体外;牛蒡根中所含的牛蒡甙能使血

管扩张,达至血压下降的效果。

## 4、滋补养颜

人体要是缺乏维生素D,就会引起全身性的皮肤粗糙和干燥,所以经常饮用高含量胡萝卜素的牛蒡茶有益于皮肤的细腻和润滑,有助排毒养颜;按照中医理论,皮肤上的疮和青春痘等症均与体内的“毒”大,“火”大有关,而牛蒡根有疏风清热,解毒消肿之用,所以经常饮用牛蒡茶有助于这些症状的改善,从而达到美容效果。

