

过年啦

春暖花开

春节玩场推介第二波

本报记者 杨质高 李赛 崔敏 木晓雯
实习生 刘弋立 马永娇 通讯员 吴再忠 信王军 摄影报道

买花

坐标: 斗南花市

蝴蝶兰鸿运当头

离春节不到10天,除了准备传统年味的灯笼挂饰、年画、对联,鲜花也成了广大消费者的新宠。那么,昆明鲜花价格如何呢? 年宵花销量如何? 昨日,记者走访了斗南花市了解到,目前部分花价较去年相比略有涨势,但跟上个月同期相比却有所下降,红色系花卉成春节“爆款”。

昨日11时,在斗南花卉市场内,专门出售蝴蝶兰的一家摊位前,老板娘丁女士正忙着为顾客扎花。她告诉记者,从上周开始,一天至少能卖出200多盆蝴蝶兰,目前的价格跟12月份相比,平均涨价5元/盆。

“蝴蝶兰的寓意是富贵,我专程从昆明来买花,一共选了10盆,准备把10盆组合装成一大盆。目前买了400多元钱的蝴蝶兰,买了几百元的红掌和鸿运当头。”昆明市民王阿姨表示,蝴蝶兰颜色靓丽耐看,花期长,性价比高,所以自己家每逢过年都会购买,放在客厅觉得特别喜庆。

在一家鸿运当头专卖摊位前,60多岁的张奶奶也在挑选盆栽,她担心过几天涨价,所以特意提前过来选购,鸿运当头虽然

花期不是很长,但颜色很喜庆,寓意也好。

“鸿运当头和红掌每年春节前都卖得特别好,主要是颜色和节日特别搭,今年鸿运当头拿不到货,有货的地方价格都很贵。”摊主陈先生告诉记者,目前鸿运当头很畅销,每天能售出100多盆,价格为25元/盆,红掌价格在20元-35元之间。

在一家专卖银柳的摊位前,可谓红红火火,年味十足。摊主杨老板告知,银柳,谐音“银留”,寓意招财进宝,很多人过年时都想买一盆放家里,图个喜庆吉祥。目前销量特别好,很多顾客一次性买10几盆,送亲戚朋友。目前,插成盆栽的银柳价格为80-180元/盆,价格差异主要是由单枝数量和花盆大小影响。单卖是10元/把,每把10枝,每把价格比去年便宜2元。杨老板表示,临近春节,价格可能会微涨一点。



斗南花市蝴蝶兰走俏

万枝,同期相比销量减少20%多。”斗南花卉电子交易中心拍卖师张少良表示,主要是由于今年昆明昼夜温差大,不少花卉品质降低导致。

张少良介绍,目前红色系花卉最为畅销,往年大花蕙兰、腊梅和银柳出现了供不应求的情况,但今年花卉量比较充足,并且价格低于去年。目前,优质红色系玫瑰数量相对少,百合、向日葵、郁金香等花卉的数量都比较充足,值得一提的是,今年绣球花价格最便宜。

“21日左右大部分快递都要停运,不少省外的商家估计会在15日、16日大量订购年宵花,预计花卉价格会有所上涨。”

张少良建议,市民可选择21日左右前往斗南花市购买花卉,届时花卉市停拍、快递停运,花农们会把优质、品相好、新鲜的花卉运到市场零售。



昌宁云南山樱

赏花

坐标: 昆明植物园

赏茶花正当时

每年春节前后,是山茶花盛开的季节。华东山茶花、云南山茶花……800多种茶花竞相开放,为昆明植物园增添了不少光彩。春节假期即将来临,不知道去哪儿玩的游客不妨到昆明植物园赏山茶花。走进黑龙潭旁的昆明植物园山茶园,沿着园里的小道依次穿过精品茶花区。华东山茶区、茶梅区和国际友谊茶花园,曲径通幽,最终到达开花最盛的云南山茶区,一路上,一些花已经在枝头绽放,但是大多数的花还呈花苞状,未全部开放。云南山茶区的花开得最盛,此时,花园中已经聚集了不少游客,有的老人带着老伴在花下停留观赏,三三两两相约的大妈们在花下摆出各种各样的拍照姿势,用相机记录下她们与各色山茶的美丽邂逅。还有几位紧跟潮流的叔叔支起了手机,开始了游园直播。

昆明植物园山茶园始建于1950年,占地面积66亩,是昆明植物园建立的第一个专类园,也是最具特色的专类园之一,是我国收集云南山茶花

品种最多、历史最为悠久的专类园,园中栽种的大部分云南山茶花树龄均超过70年。

“每年我们都会来,带着孙子来散散步,看看花,整个人都轻松了。”家住盘龙区的杨阿姨说,植物园的门票便宜,她和老伴就经常到这里来赏花。“现在还不是花开得最多的时候,再过两个星期全部开起来就更好看了。”

山茶花开花于冬春之际,花姿丰盈,端庄高雅,是中国传统十大名花之一,也是世界名花之一,每当盛开时都会吸引众多游客前来观赏。家住楚雄的施先生每年都会到昆明植物园来观赏茶花,他的儿子在昆明工作,每年来看望儿子的时候,他都会到山茶园赏花。“我今天早上从五华区坐车过来的。我非常喜欢茶花,每年来昆明我都会到这里游玩观赏。”

和周围拍照的游客相比,正在画画的王阿姨显然和这里的景色融为一体。只见她抬头用笔对着花比划了几下,便又低头沉迷于她的创作之中。“我最喜欢云南山茶花,相比园子前面的其他茶花来说,云南山茶开得更大更美。”只要一有时间,王阿姨就会带着画板过来画上几幅。

坐标: 保山昌宁

看冬日里的樱花

昌宁的“雪”,有一个特别的名字——樱花。进入寒冬腊月,昌宁茶园、路边、村庄、城镇街道边的云南山樱,由海拔高的地方开始渐次进入盛开的季节,将一抹抹粉色镶嵌进绿水青山之间,让本就不萧瑟的冬天,变得更加丰富多彩,不是春天胜似春天。

这个季节走进大山深处,随处都能遇见一树粉红一树娇艳。昌宁历来盛产野生樱花,在当地称为“苦櫻桃树”。即使在开荒种地的年代,热爱自然的昌宁人也会在田边地角留下几树樱花,用来装点自己的土地、自己的生活。

最近几年,昌宁人更是把野生的云南山樱作为城市山美化、交通要道绿化、茶园覆荫树种植、城市公园街道美化的主要树种,许多山樱把家安在了茶园里、城镇边、公路边、江河边、库塘边、村庄边,排列出了一

列一片粉红的冬景。

在昌宁,要看樱花其实完全可以不用上山不用外出,只需走进城北湿地公园、茶韵公园,还有达丙街等许多街道、广场,都能看到一树树一列列的粉红,在那里展示着醉人的笑靥。

不要感叹昌宁的冬天没有雪,这里粉色的“雪”更浪漫更婉约。走在昌宁的城镇、村庄、茶园、林间,穿行于开满樱花的公路,透过粉红色的樱花,看生态茶园、看田园城市、看茫茫林海,总能找到走进自然、亲近自然的那份心静,感受到不一样的美。

樱花虽美,却只开一季。春节,正是昌宁樱花浪漫、粉“雪”飘落的好时节。不妨带上你的家人和朋友去昌宁。在蓝天白云下,在秀美的昌宁田园风景中看到点缀的一簇簇粉红,那是时下正在盛开的樱花。



昆明植物园山茶花烂漫

春城晚报

开屏新闻App

开屏

扫码下载

要美味也要健康 低芥酸浓香菜籽油问世

菜籽油是我国第一大自产食用植物油,占国产植物油的50%以上。低芥酸菜籽油在我国规模化生产只是近十年来的成果,具有芥酸含量低,富含多种人体必需营养素,提高人体免疫力等作用,能呵护心脑血管疾病患者的身体健康。但是尽管科研人士在竭力宣传,知道其好处的老百姓并不多。

上世纪80年代,因发现传统的高芥酸菜籽油对大白鼠新陈代谢有负面影响,从而在世界范围内引发对食用高芥酸菜籽油的忧虑,既要保障营养,又要避免危害,低芥酸菜籽油成为了烹饪美食中扬长避短的好选择。美国FDA规定菜籽油中芥酸含量不能超过总脂肪酸的2%;我国

菜籽油国家标准规定:低芥酸菜籽油中芥酸含量不大于3%。

联合国粮农组织及世界卫生组织已对菜籽油中芥酸的含量也作出了限量规定,即菜籽油中芥酸的含量应低于2%。这是因为有相关调查表明,心脏病患者的血液每日接受大量被酶消化后的芥酸后。本来不正常的心血管功能就会超负荷,更容易诱发“血管壁增厚”和“心肌梗死”。所以,联合国粮农组织及世界卫生组织已对菜籽油中芥酸的含量作出了限量规定。

毫无疑问,低芥酸菜籽油是一种更安全的食用油,美国FDA已认定低芥酸菜籽油为安全食用油。2006年美国FDA倡导每天吃19g低芥酸菜籽油,可以降低心血管疾病风险;2010年法国建议每天

摄入1~3勺双低菜籽油,可增加α-亚麻酸的摄入量,以助力身体健康。

近年来,在各类食品、营养论坛和大会期间,不少业内专家也指出,双低菜籽油具有丰富的营养成分,同时也具有良好的营养健康功能,行业内期待着越来越多的人能够认识到双低菜籽油的优势,促进中国菜油产业提质增效,让老百姓都可以吃上更加营养健康的食用油。

最近,鲁花推出了一款低芥酸菜籽油,芥酸低、香味浓,深受消费者的追捧,这款产品既保证了菜籽油的营养与健康,又更好地满足了消费者对“色、香、味”饮食文化的追求。

从美味到健康,消费者的需求在哪里,企业的聚焦点就应该在哪里。鲁花低

民宿

坐标: 丽江拉市镇



住丽江民宿回归田园

邂逅李子柒式的田园生活

在丽江民宿邂逅李子柒式的田园生活。泥土的清香、绿油油

带露珠的蔬菜、清晨的鸡鸣炊烟、乡村小道上慢腾腾的暮归老牛、树梢上挂着不好看却顶甜的苹果、纳西人家淳朴的邻里情,足以勾起那些深藏心底的儿时回忆。

李雪涛经营的“颐沁舍”是丽江玉龙县拉市镇为数不多的民宿。春节将近,给民宿弄点喜庆的装饰,为客人准备点暖心的服务,成了李雪涛琢磨的事情。他回忆,2017年春节,来自河南驻马店的客人包了一个月;2018年春节四川的客人订了6间房,住了一个星期;2019年同样是这批四川熟客选择到李雪涛的“颐沁舍”民宿过年;今年的春节,这户四川客人仍未缺席。“在院子里晒晒太阳、喝喝茶、做做饭、干干农活,这样的生活让客人觉得安逸。”李雪涛说。

客人大年三十的年夜饭怎么吃? 李雪涛说,如果客人大年三十到民宿,会邀请到民宿旁边的家里,和家人一起吃个地地道道的纳西年夜饭,客人可以品尝到猪肉、猪尾巴、吹肝、韭黄炒粉皮等纳西农家除夕宴菜肴。当然,民宿许多时候都不会特地去准备什么,客人什么时候来,遇到

什么,完全就靠节气和运气。

一个房间380元一天,一年365天,价格不变,这是“颐沁舍”的一大特点。李雪涛说,380元包含了一个房间、一日三餐及民宿到丽江市区和拉市海观鸟等出行目的地的接送。“包含一日三餐不是说我们做什么客人吃什么,许多时候是游客想吃什么,大家一起做。”他介绍,民宿门口就是生态菜园,从摘菜到厨房烹饪,快的时候就五六分钟,客人想吃什么可以自己去找,再根据口味自己做,也可以学做纳西菜肴。在这里,客人从最简单的下厨开始,融入到当地纳西人家的生活。

让客人在依山傍水的乡村民宿中,体验纳西人家农耕生活的同时,李雪涛也根据来店客人的特征,规划出了不一样的旅游线路。入住民宿的客人,可到玉龙雪山、泸沽湖等景点游玩,但去过这些景点的游客很少会有人选择二次游玩,他们大多会选择走一走丽江当地人休闲时候的游玩路线,体验不一样的丽江,回归乡野成了特别的安排。

在游玩景点的同时,过一个充满丽江元素的年也成了不少人的选择。



芥酸浓香菜籽油的问世,只是顺应健康消费需求的一款产品,未来,赋予新产品更多的健康内涵依然值得关注。