

甘蔗还能烤着吃?

记者走访榕城市场,甘蔗迎来热销季;营养师建议,烤一烤再吃不仅增加甜度,还能减弱寒性,有利于人体吸收

■海都记者 林涓/文 毛朝青/图

进入年关,福州的水果市场也开启了“冬季模式”,除了水果摊上的“常客”苹果橘子外,甘蔗这一冬季时令水果也成为不少市民的“心头好”,引得大家争相购买。营养师建议,可以将甘蔗烤一烤再吃,不仅能增加它的甜度,还能让甘蔗寒性减弱,也有利于人体对甘蔗营养物质的吸收,还能预防咳嗽等。

甘蔗成水果摊上的“抢手货”

昨日一大早,在北大路菜市场的水果铺子内,便有不少市民在挑选甘蔗。店家李老板告诉记者,自冬至起,甘蔗的销量就不错,“一根大概12元到14元左右,青皮甘蔗比较脆,吃起来方便,但糖分比黑皮甘蔗高,大家买得比较多的是黑皮甘蔗。”李老板介绍,甘蔗的铁含量丰富,是水果里的“含铁冠军”,“甘

蔗浑身是宝”。“冬天吃甘蔗很舒服,买一根可以吃很久。”陈依姆说,自己牙口不是特别好,但又爱甘蔗的味道,所以会煮成甘蔗水食用。和陈依姆一样爱吃甘蔗的张女士说,在“万物皆可烤”的冬天里,她开始尝试烤甘蔗。“甘蔗虽然好吃,但是冬天入口还是太凉了,烤热一点吃起来味道更好。”



北后街的水果店甘蔗“上新”

不同颜色外皮 食疗功效各不同

甘蔗作为眼下水果摊上的“抢手货”,吃起来也有讲究。福建省第三人民医院治未病科营养师陈慧云提醒,不同颜色外皮的甘蔗,食疗功效各有不同,深紫近黑外皮的甘蔗,性温和滋补,可以健胃补充体力,但喉痛热盛者要少吃,皮色青黄的甘蔗偏凉,可以清热。

除此以外,还能把甘蔗当“口腔清洁工”吃。一方面,咀嚼甘蔗,可以提高牙齿的自洁和抗龋能力;另一方面,含着漱口式地把甘蔗汁吞下,有助于清口腔异味,缓口腔疼痛。

她建议,可以将甘蔗烤一烤再吃。一般都认为甘蔗属热性,殊不知甘蔗

性寒凉,把甘蔗放在火上烤一烤再吃,不仅能增加它的甜度,还能让甘蔗寒性减弱,也有利于人体对甘蔗营养物质的吸收,还能预防咳嗽等。

值得一提的是,甘蔗能泻热,因此脾胃虚寒者不宜多食生甘蔗。《本草经疏》中提醒:“胃寒呕吐,中满滑泄者忌之。”《本草汇言》也提醒,甘蔗多食久食会诱发痰、胀、呕、嗽之疾。一次大概100至150克即可,不宜过量。

此外,甘蔗含糖量比较高,糖尿病患者不宜食用。发红的甘蔗不要吃,这是在储存过程中发霉变质了,里面会产生一种节菱孢霉菌,一旦误食,非常危险。

福州市公安局茶园派出所联合晋安分局治安大队 开展节前消防安全检查

海都讯(记者 汤先增)为进一步加强冬春火灾防控工作,针对冬春季节日寒物燥、群众节日活动集中等特点,近日,福州市公安局茶园派出所联合晋安分局治安大队深入火车站周边开展元旦节前消防安全检查。

这期间,民警针对火车站商贸城、周边宾馆、高层写字楼、建筑工地以及老旧居民小区等火车站地区重点部位开展消防隐患排查。对商业综合体、宾馆等人员密集场所,民警现场督促经营者落实主体责任,加强安全管理,确保消防通道畅通,配备消防器材。在老旧小区,民警组织物业、社区工作人员及时对

电动车堵塞消防通道、违规停放充电等现象进行整改。此外,民警在开展安全检查的同时,广泛向群众进行消防安全宣传,切实提高群众防范火灾安全意识。通过本次联合检查行动,进一步推进了辖区安全隐患排查整改工作,积极营造平安祥和的节日环境。

涉嫌造假 莆田两家检测机构被查

■海都记者 黄义伟

受委托对100件金币商品(每件规格12枚金币)进行检测,可每件金币中选取其中一枚,仅做一次检测,在未对余下的11枚金币进行检测的情况下,便出具整件金币的检测报告;未取得资质认定,就从事机动车检验检测……昨日,福建省市场监督管理局公布4起检验检测机构典型违法案例,其中莆田两家检测机构涉嫌违法被查处。

案例1 出具虚假检验检测报告 被罚3万

近日,莆田市市场监管局依法对某金银珠宝检验检测中心有限公司受委托对100件金币商品(每件规格12枚金币)进行委托检测事宜进行检查,现场检查期间当事人无法提供上述100件金币商品的系统内有效检测报告,莆田市市场监管局予以立案调查。

经查,当事人通过微信

接一客户委托,收取费用300元,对其送检的100件金币商品(每件规格为12枚十二生肖金币,每枚金币各不相同)进行检测。当事人在上述每件金币中选取其中一枚金币,仅做了一次检测,在未对余下的11枚金币进行检测的情况下,便出具整件金币的检测报告。当事人在未对受委托金币进

行全部检测的情况下,擅自出具了所有金币的检测报告。

莆田市市场监管局认为,其未经检验检测出具检测报告的行为违反了《检验检测机构监督管理办法》第十四条第(一)项的规定,属于出具虚假检验检测报告的行为,责令当事人限期改正,处30000元罚款。

案例2 未取得资质认定 从事机动车检验检测

近日,仙游县市场监管局依法对仙游县某机动车检测有限公司仙游鲤南分公司进行检查,发现当事人涉嫌未取得资质认定从事机动车检验检测活动,向社会出具具有证明作用的数据

据结果,仙游县市场监管局予以立案调查。

经查,当事人作为分公司未取得资质认定,从事机动车检验检测活动,并在机动车检验报告上加盖仙游县某机动车检测有

限公司仙游鲤南分公司的印章,擅自越过总公司向社会出具具有证明作用的数据结果。

仙游县市场监管局责令当事人限期改正,处30000元罚款。

海都都市报 分类广告 2023年12月29日 0591-87811583

招租

《储蓄所搬迁招租》 福新路阳光城沿街某大银行搬迁现租招租银行储蓄所或其他机构有意者联系电话13905028738余先生

声明公告

闽侯县绿野天然农牧综合场遗失闽侯县市场监督管理局2004年6月21日核发的营业执照正本、副本,统一社会信用代码91350121764059002H,声明作废。

声明 “福州长富宫花园广场业主委员会”印章(无编号无★)不慎遗失,现声明作废,待业委会换届后重新备案刻制新章。凡公文、合同及文字材料等加盖旧章或无备案“印章”的,均属无效。 福州长富宫花园广场业主委员会 2023年12月26日

福州爱丽舍房地产经纪有限公司遗失公章一枚,声明作废。

收购邮票 诚信收购邮票,纪念钞等13400577737

房产租赁权拍卖公告 受委托,定于2024年1月19日15时在福州市鼓楼区五四路158号环球广场2611室进行公开拍卖,1.福州市鼓楼区开元路23号开苑小区B11座顶层14-7#房产五年期租赁权;2.福州市八一七路209号店面五年期租赁权;以上标的的具体信息详见本公司网站或微信公众号。有意竞买者,请于2024年1月17日17时前将竞买保证金存入我司指定账户(以到账时间为准),并携带保证金缴款凭证及相关身份证明文件到我司办理竞买人登记手续。★展示时间:2024年1月9-10日,标的物现场。★咨询电话:0591-87556255、13305011225★报名地址:福州市鼓楼区五四路158号环球广场2611室★网址:http://www.dx51.com/★公司微信号:fxjdxpm 福建省顶信拍卖有限公司 2023年12月29日

收购邮票 诚信收购邮票,纪念钞等13400577737

房产租赁权拍卖公告 受委托,定于2024年1月5日上午10:30在闽侯县竹园供销社会议室公开拍卖,闽侯县竹园供销社原综合仓库(面积为:1841平方米)五年期租赁权(竞买保证金:50000元)。上述标的以现场看样为准。有意竞买者应于2024年1月4日17时前将竞买保证金存入指定账户(以到账时间为准)并携带保证金缴款凭证与身份证明文件到我司办理竞买人登记手续。★展示时间:2024年1月2、3日(报名看样需提前一天告知);看样地点:标的物所在地;公司地址:福州市台江区光明南路1号升龙汇金中心45A;联系电话:0591-87848096、13705047735。 福建省顶信拍卖有限公司 2023年12月29日

房产租赁权拍卖公告 受委托,定于2024年1月10日上午10时30分在福建省福州市鼓楼区五四路210号国际大厦20层拍卖厅举行房产租赁权拍卖。拍卖标的:福建省福州市鼓楼区五四路一北一路1号力行大厦6楼(605)房产五年期租赁权(出租建筑面积约130.61㎡)。标的的具体信息详见本公司网站。有意竞买者,请于2024年1月7日17时前将竞买保证金存入本公司指定账户(以到账时间为准),并携带保证金缴款凭证及相关身份证明文件到本公司办理竞买人登记手续。★展示时间:2024年1月11日-12日,标的物现场。★电话:18120881598金经理、18120887278孙经理、0591-87810107★地址:福建省福州市鼓楼区五四路210号国际大厦20层★网址:http://www.fjxpm.com/★公司微信号:fxjdxpm 福建省顶信拍卖有限公司 2023年12月29日

海都都市报 分类广告 2023年12月29日 0591-87811583

声明公告

福建省罗源县劳动人事争议仲裁委员会公告 福建博升建设发展有限公司:本委已立案受理博升建设发展有限公司申请仲裁,向你单位作为本案被申请人,根据《劳动争议调解仲裁法》第二十条第二款规定,现依法向你单位公告送达本委仲裁通知书,请你在收到本委仲裁通知书之日起30日内,即向本委提出答辩期限(自公告期满后10日内),并定于答辩期满后第3日上午9点(遇节假日顺延)在本委仲裁庭开庭审理,逾期将依法缺席裁决。 福建省罗源县劳动人事争议仲裁委员会 二〇二三年十二月二十七日

华夏金钢产业园—碳陶陶瓷建设项目环境影响评价报告(征求意见稿)公示 福建华夏金钢陶瓷股份有限公司委托环评单位完成了《华夏金钢产业园—碳陶陶瓷建设项目环境影响评价报告(征求意见稿)》的编制工作。现将报告向社会进行公示,广大公众可以联系福建华夏金钢陶瓷股份有限公司苏先生(联系方式:13459511444),或环评编制单位电子(联系方式:13950883793)获取纸质版、电子版报告书。或登录链接https://pan.baidu.com/s/1q5QKWMWHIL6z2OFKwbVhb#?pwd=ycku,提取码ycku,进行查看。 欢迎公众来电咨询,发表对本项目环评的意见和建议。公众提出意见的截止时间为自即日起十个工作日。

房产租赁权拍卖公告 受委托,定于2024年1月10日15时在中拍平台(https://paimai.ca123.org.cn)公开拍卖:1.漳州市漳浦县赤湖邮政支局1-3层房产两年期租赁权;2.南平市延平区峡阳镇127号、洋后镇洋新路100-6号共计2处店面两年期租赁权;3.南平市松溪县松源街道大街200号一层店面三年期租赁权;4.永安市民民路99号、105号、107号、117号共四间店面三年期租赁权。以上标的的具体信息详见我网站或微信公众号。即日起预约看样,缴纳保证金及报名截止时间:2024年1月9日17时(以到账时间为准);公司地址:厦门市厦禾路878号铁道大厦24A;电话:18659778383、13305011225;网址:https://www.dx51.com/;微信号:fxjdxpm; 福建省顶信拍卖有限公司 2023年12月29日

房产租赁权拍卖公告 受委托,定于2024年1月10日15时在福州市鼓楼区五四路68号名城港湾二区72号楼2901单元购房发票二张,发票号码160064,金额200000元,发票号码160040,金额765514元不慎遗失,特此声明。 本人高星位于马尾区马尾镇江滨大道68号名城港湾二区72-78#、73#、75#楼地下室地下1层157单元购房发票,发票号码109215,金额260000元,不慎遗失,特此声明。

闽侯公安局祥谦派出所护卫食品安全

海都讯(主任记者 陈则周)为护卫食品安全助力平安,近闽侯县公安局祥谦派出所与镇政府携手组织民辅警和镇村干部,积极开展食品安全专项检查,成效较大。

记者了解到,今年初起,结合主题教育,常态化盯紧民众食品安全问题,他们深入一些

厂家、街巷店铺等场所大检查。祥谦所聚焦与人民群众日常息息相关的水果、饮料、食物等食品,重点检查超市、商店的经营许可证与经营范围是否一致、有无销售不合格的食品,是否存在违规采购和不合格包装产品等情况。民警告诉记者,他们向从业人员宣传《食

品安全法》及相关法律知识,告知经营者要诚信经营、合法经营、安全经营,从思想上筑牢食品安全防线,从源头上遏制各类食品安全事故发生。食品安全事关民众的身心健康,此次检查有效提高了辖区食品经营场所的安全责任意识和法律意识,有力维护了辖区群众消费安全,确保群众买得放心、吃得安心。