



木绣球开花 春天也变圆了



海都讯(记者 罗丹凌)在春光明媚的福州,有一处地方正悄然绽放着无尽的温柔与美好,那就是沙滩公园的中华木绣球。

据悉,2024年底,福州市乌龙江公园管理处引进60株中华木绣球,错落有致

地分布在沙滩公园草草疏影景区旁。在管理处的精心养护下,阳春三月,木绣球花期如约而至,花朵儿宛如一群下凡的精灵,身着洁白的舞裙,在微风中翩翩起舞。每一朵木绣球都硕大而饱满,圆球形的花朵洁白如雪,又微微泛绿,在阳光的轻抚下,散发出温润的光泽,仿佛春天都变圆了,让人忍不住想要伸手触摸这份来自大自然的馈赠。

很多市民总分不清木绣球和夏日盛开的“无尽夏”等绣球花,那么,两者之间到底有何区别?据福州市乌龙江公园管理处相关工作人员介绍,木绣球和绣球花虽花形如“姐妹”,但两者科属并不同,木绣球为木本绣球,是忍冬科荚蒾属植物,为落叶或半常绿灌木,绣球花则为虎耳草科绣球属灌木。

“两者的生长环境也不同,木绣球生长在树上,而绣球花生长在土里。”上述工作人员表示,正是由于绣球花生长在土里,它的花色变化会受种植的土壤的酸碱度不同影响,并可以通过改变土壤的性质改变它的花色,因此绣球花的颜色比较丰富艳丽。而木绣球的颜色是从刚开出时的浅绿色,随着花的生长,最后变成纯白的花色。



木绣球的花朵,洁白透着微绿(福州市乌龙江公园管理处供图)

春茶开采季遇上“气象守护神”

福州农业气象试验站设在春伦茶园里的科技小院,让茉莉花茶更香浓

海都讯(记者 吴诗榕 王灵婧 实习生 曹晓艳 通讯员 叶洛文/图)“开采咯!”阳春三月,福州市晋安区春伦生态茶园内,翠绿的新芽在茶丛间悄然冒尖,春意盎然。21日,2025福州(晋安)春茶开采季暨春伦开春采文化周在春伦生态茶园启幕。净手祭拜、献香灌地、鸣锣开采……一系列传统仪式后,现场来宾齐声高喊“开采咯”,在福州方言吟唱的祈福声中,大家共同唤醒茶山,祝愿春茶丰收,迎接春茶的开采。

记者在春伦生态茶园看到,茶农们正忙碌地采摘绿茶鲜叶。茶园工作人员介绍,春茶采摘从3月中旬持续至5月底,眼下正是开春第一波绿茶的采摘期。“春茶贵早,这时的茶叶细嫩,制成的春茶滋味鲜爽,

是制作茉莉花茶的重要原料。”采摘后的绿茶经过萎凋、杀青、揉捻等一系列工序后,会被存入冷库保鲜,等待茉莉花的盛放。“茉莉鲜花要到5月才开采,大规模窖茶得等到6月。”工作人员解释道。

在春伦茶园深处,建设了一个茉莉花茶科技小院,福州农业气象试验站站长苏荣瑞是这儿的负责人。苏荣瑞介绍,近期气温回升明显,茶芽生长速度加快,春伦生态茶园及福州大部分茶区已进入春茶采摘期。然而,春季天气多变,27日至28日将有一股强冷空气来袭,气温骤降15℃~18℃,可能对茶叶生长和采摘造成影响。“我们通过气象监测站网实时追踪天气变化,提前发布预警信息,帮助茶农科学安排采摘时间。”苏荣瑞站长指着茶园



春伦茶园里的气象科技小院

内的自动气象站说道。这套设备可监测温度、湿度、风向、风速、降雨量等气象要素,甚至能探测土壤不同层次的水分含量,为茶园管理提供精准数据支持。“我们开发了Web页面、H5页面和APP,茶农和茶园管理人员可以实时查看气象数据、预报预警信息以及茶叶采摘期气象适宜度预报。”

苏荣瑞介绍,气象科技小院正在开展茉莉花茶

气候品质评价关键技术研究,从气候角度解读茶叶和茉莉花的品质形成机制。“不同时段采摘的鲜叶品质差异很大,茉莉花的香气也受气温和降水影响显著。5月雨水多,茉莉花香气较淡;7、8月气温高、降水少,花香浓郁,香气成分含量高。我们通过实时气象数据,为茶叶和茉莉花的气候品质评价提供科学依据。”

下周最高气温或冲到35℃ 别急,冷空气还要杀“回马枪”

海都讯(记者 吴诗榕)近日,福建天气持续晴好,22日至26日,全省以多云天气为主,午后最高气温将逐渐回升至32℃~35℃,但夜间气温仍较低,昼夜温差较大,市民需注意及时增减衣物,预防感冒。

今起至26日,福州全市晴到多云。27日将转为阵雨或雷阵雨天气,部分乡镇有中到大雨,并可能伴有短时强降雨、雷暴大风或冰雹等强对流天气;28日至30日,全市多云到阴,部分乡镇有小雨。

气温方面,今天至27日福州白天气温明显回升,26—27日大部分县市最低气温17℃~19℃,最高气温32℃~35℃;27日夜间起受冷空气影响,气温将明显下降,28—30日最

低气温降至8℃~11℃,最高气温降至13℃~16℃。

“福州将连下3个月雨?”近期,有网友在社交网络平台晒出福州未来的天气预报,引发网友们的讨论。记者从气象部门了解到,0至3天的天气预报准确性较高,3至7天的预报具有一定参考价值,但一些天气软件提供的60天至90天长期预报,由于受多种变动因素影响,准确性较低。特别是在春季,福州天气变化迅速,冷暖空气交汇可能导致降雨,但具体阴雨天气情况难以提前精确预测。

气象部门提醒广大市民,春季天气多变,请及时关注最新天气预报信息,合理安排日常生活和出行计划。



22日	晴	13℃~26℃
23日	晴	16℃~28℃
24日	多云	17℃~31℃

“网红”羽衣甘蓝饮品,真能减肥吗?

“体重管理年”行动持续推进,现下,减肥成为全民热议的话题。近日,一款以羽衣甘蓝为主打的现制饮品在各大奶茶店悄然走红,成为消费者追捧的“瘦身神器”。这款被贴上“健康”“瘦身”等标签的饮品,真的能带来纤体的效果吗?

羽衣甘蓝饮品受热捧 口味更像果汁

记者走访发现,在喜茶、茶百道、沪上阿姨等知名奶茶店,羽衣甘蓝饮品均在菜单上占据显眼位置,价格在20~30元不等。

“‘去火纤体瓶’卖得最好。”记者来到位于晋安区的一家“喜茶”门店,准备点一杯羽衣甘蓝饮品进行品尝。店员告诉记者,最近羽衣甘蓝饮品卖得十分火爆,其中“去火纤体瓶”是以现榨苦瓜

和羽衣甘蓝、绿妍茶汤、柚子汁、柠檬汁、白柚果粒等制作而成,热量约等于100大卡,“羽衣纤体瓶和去油纤体瓶也卖得不错,里面分别加了青提汁和油柑汁”。

根据店员的推荐,记者点了一瓶“羽衣纤体瓶”品尝,口感微涩,能喝出青提的味道,但没有喝出羽衣甘蓝的“蔬菜味”,就像喝一瓶绿色果汁。据介绍,这款饮品

里还有一种类似奇异果种子的“奇亚籽”,是苋欧鼠尾草的果实,具有调节血糖、降低胆固醇、增强饱腹感和促进消化的功效。

“我本身不太爱喝蔬菜汁,更喜欢奶茶的味道和口感。”大学生小苏说,她从小就不爱吃蔬菜,更别提蔬菜汁了。“蔬菜有一种苦涩的味道,但是用羽衣甘蓝制作出来的果茶倒是挺好喝的。”她



羽衣甘蓝饮品

觉得羽衣甘蓝饮品非常符合她的胃口,没有蔬菜味,更像是果汁的味道。

谈论起羽衣甘蓝饮品是否具有减肥作用,小苏说,她根本不在意这款饮品是否能够减肥,因为她不认为仅靠一杯饮品就能够达到瘦身的作



果蔬榨汁后 营养素会被破坏

“网红”羽衣甘蓝饮品真的能减肥吗?记者咨询了福建省第三人民医院治未病科营养师陈慧云。陈医生表示,羽衣甘蓝作为普通蔬菜并无直接减肥效果,但在减肥的过程中建议多吃新鲜蔬菜,一方面膳食纤维含量高、富含维生素,另一方面可以增强饱腹感。

但是制作成饮品时,除了蔬菜、水果外,很多商家为了追求口感会添

加各种“配料”做成饮料,这样糖的含量并不低。饮品本身的水果有可能令糖分超标,再过量添加糖精等更会增加糖分和能量。

同时,果蔬榨汁后营养素会被破坏,部分营养流失,升糖速度快。偶尔尝鲜是没有问题的,推荐吃整果,不要长期喝汁。如果要喝,建议选择低糖或无糖选项,避免过多摄入添加糖。