

早餐文化，你品出味道了吗



在快节奏的城市生活中,早餐似乎成了一日三餐中最容易被忽略的一餐。近日,上海市市场监管局发布《关于落实本市早餐工程建设的实施意见》,创新管理制度,守住城市早晨的“烟火味”。年轻人是否遗忘了早餐?中国人的早餐中藏着什么秘密?南北地域的早餐又有哪些差别?

1 年轻人的早餐“太匆忙”

当代年轻人的早餐是什么样的?上班日的早高峰时段,总能看见行色匆匆的上班族,他们在便利店或路边小店买煎果子、三明治或者肉包、豆浆,然后赶往地铁、公交站等,开启一天的工作时间。

“匆忙,太匆忙。”记者随机在上海街头采访了一些“90后”、“00后”年轻人,他们对早餐的普遍印象是“没感觉”“填饱肚子就行了”,甚至有的人宁可为了多睡十分钟懒觉而放弃早餐。所以,清晨的早餐店出现了很有意思的场景:在店里慢慢享受丰富品种早餐的大多是老年人,而年轻人大多是在路上顺便吃顿早餐。“大概只有旅行时才有闲情逸致享受早餐的滋味。”



3 留住一份“慢早餐”

全国各地的早餐中还藏着哪些秘密?如今,越来越多的年轻人选择了早餐外卖,从一份外卖榜单中可知端倪。

据饿了么、美团等外卖平台的不完全统计,全国虽然处于同一个时区,但日出时间明显不同,各地人吃早餐的时间也有差异。在所有城市中,安徽合肥是最早吃早餐的城市,在饿了么等外卖平台有近12%的订单在早晨5点到7点之间,是所有省会城市中最高的,而在9点到10点的早餐订单也是全国省会城市中最低的。

西宁是吃早饭最晚的城市。在早晨9点到10点之间的订单占比最多,有69%。同样,中国西北部城市除西宁以外,兰州、昆明等地的早餐时间相对较晚。

相比午餐和晚餐,年轻人对早餐的要求并不高,在外卖平台的花费也低一些。据统计,有29个省会城市平均58.2%的早餐订单金额在25元以内。上海和北京两个城市早餐花费相对较高,在25元以下和25元至50元的早餐订单比例基本相同,都在40%左右,金额高于75元的订单占总订单量的5%。

随着互联网的发展,买早餐的范围并不限于家附近的早餐店,地域美食文化的壁垒逐步打破。手机下单,遇见早餐的方式便捷了,随时可打包一份中西融合的早餐,各地风味也能逐一挑选。但是对市民来说,去早餐店内“堂食”,热腾腾的食物散发香气,熙攘的食客挤满小店,这样的“慢早餐”增添了自己的饮食地标,也增加了人与人之间的联结,多了些人间烟火味。

你还在记得儿时你家楼下的早餐店,卖的是什么早餐吗?城市之中忙碌的工作和生活,让许多人渐渐遗忘了早餐。据中国营养学会近年来一项对早餐行为的调查显示,中国有35%的上班族每天饿着肚子进办公室,他们选择点外卖或不吃早餐。

去年走红网络的纪录片《早餐中国》,主创团队多数是90后,导演发现,他们对早餐十分敷衍,甚至不吃早餐。其实,国人骨子里都有早餐的情结和对故乡早餐的怀念,只是需要被激发。正如该片导演所说,“只需早起,你就能找到故乡。”

当早餐成为一天中“最初的期待”,可能是成本最低的增加幸福感的的方式了。早餐体现了浓重的地方特色,南北东西大不同。一地饮食代表着一个地方的文化。作为文化载体的早餐,也是地方和人群的载体和纽带。

根据“网易数读”的统计,东北人早上爱喝粥,皮蛋瘦肉粥和小米粥在东北三省被列为最受欢迎的早餐。此外,东北三省的早餐榜上还有韭菜盒子、大碴粥等食物。

在华北地区,天津特色小吃锅巴菜是天津人最爱的早餐,煎饼切块再辅以各种配料,浇上卤汁拌匀就是一碗香喷喷的早餐。对北京人来说,炒肝是一道与众不同的、本地人比较偏爱的早餐。虽然叫炒肝,却不是“炒”出来的,而是用猪内脏浇上各种配料煮熟勾芡制成,成了独特的“京味”。

口味比较清淡的苏浙地区,粥是早餐的首选,生煎、锅贴、馄饨也是居民们常吃的早餐。杭州早餐热销榜中出现了葱油拌面这道典型的江南菜,而南京和合肥的居民早餐都常吃一种淮南特色小吃——沙汤。

因为口味不同,各个地方的早餐偏好都不一样。

在湖南省和江西省,米线和米粉都是早餐中的热门选择。对长沙人来说,早上吃一碗红烧牛肉粉,再来点酸豆角,就是一顿丰盛的早餐。江西人的早餐还少不了瓦罐汤。湖北人把吃早餐叫作“过早”,热干面和豆皮是武汉人早餐的最爱。对广东人来说,早茶历史悠久,广东人的早餐偏爱喝粥、吃肠粉。而在吃辣的四川省等西南地区,早餐却少了些“重口味”,成都、重庆居民的早餐大多是油条、豆浆、茶叶蛋等传统餐食。

上海的早餐品种可谓花样繁多。在老上海的心中,小时候家人会拿着一口铝锅,去弄堂口打豆浆,一袋油条、一锅豆浆,就是全家的早饭。而今,上海的特色早餐更为丰富,葱油饼、生煎、锅贴、菜饭团、咸豆浆等都是最受上海市民欢迎的早餐。而在外卖排行榜中,上海最热销的早餐饮品是咖啡,豆浆排在第二位。

尤其是咸豆浆,食客们总结,咸豆浆之于上海人,就如胡辣汤之于河南人、豆汁儿之于北京人,是离不了了的。豆浆里放酱油、虾米、榨菜等,这样的独特风味,让许多外地游客印象深刻。

4 古人早餐多吃面片和粥

传统观念里,“一日三餐”的概念深入人心。其实在古代,一开始是“一日两餐”,直到宋代以后,多数人养成一日三餐的习惯。

古代的百姓在南北朝之前基本是一日两餐,日出劳作时吃早餐,日落休息时吃晚餐。古人第一顿饭叫朝食,又叫饔,大约于上午9点进餐。第二顿饭叫哺食,又叫飧,一般是下午4点进餐。多数人维持一日两餐的习惯,逐渐变成一日三餐,是从宋代开始过渡的。

现代早餐是否维持了古人传统?古代早餐都吃什么?唐代早餐最常见的叫饅头,就是一种面片汤。有句谚语叫作“巧夫做不得无面饅头”,和“巧妇难为无米之炊”的意思相同。饅头的做法就是面片扯成拇指大小,水煮加调料,是唐代人比较常见的主食。

另一种常见的早餐是粥。晚唐诗人皮日休有两句诗“朝食有麦饔,晨起有布衣”。其中的“饔”,就在说吃粥这件事。唐代诗人白居易的一首诗里也谈到了“粥”,“今朝春气寒,自问何所欲。苏暖薤白酒,乳和地黄粥。”唐代王维的诗中曾写道“御羹和石髓,香饭进胡麻”,说到当时流行的胡麻粥,老百姓会在饭和粥里加上芝麻,营养又健康。

说到“粥”,也是古代另一个传统节日寒食节的必备食品。寒食节为清明前一日,从春秋到现今,寒食节吃寒食粥的习俗都有所保留。古代寒食节那天,百姓家中不允许动烟火,需要准备寒食粥等冷食,因冷粥味道不大好,所以杏仁汤粥逐渐流行。

胡饼也是古代人喜爱的名主食之一。这种饼是白面饼胚,在表面抹上一层油,再撒上一层芝麻,放在炉子里烤熟即可。即使是现在,我们也能经常看见这种风味的烤饼。

湖北科技学院附属第二医院名医风采

医院简介

湖北科技学院附属第二医院/临床医学院/咸宁市精神卫生中心,三块牌子一套班子。医院座落于咸宁市温泉老城区,占地面积53.6亩,建筑面积约5万平方米。医院(医学院)现有职工500人,其中正高职称29人,副高职称65人;博士27人,硕士52人;二级教授4人,三级教授4人;国务院津贴专家1人,省政府津贴专家5人,楚天学者和彩虹学者4人。

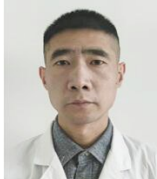
医院是湖北科技学院直属的二级甲等综合医院,开放病床650张。开设有内科、外科、妇产科、儿科、精神科、老年科、心理科、中医康复科、感染性疾病科、肿瘤科、五官科、皮肤科、体检中心、检验科、病理科、放射科、超声科、机能科等临床医技科室;购置有磁共振(MRI)、CT、彩超、全自动生化分析仪、DR机、数字胃肠机等一系列先进的大型诊疗设备。

医院秉承“科教兴院、人才强院、特色兴院”的办院理念和“为病人谋福利、为咸宁添活力”的服务理念,全心全意为人民的身心健康服务。



赵正据,教授,主任医师,专长:骨外科

湖北省中西医结合学会骨伤分会委员,咸宁市外科学会常委,咸宁市外科学会骨伤分会副主任委员,咸宁市知联会理事,长期从事骨科临床及外科教学工作,擅长四肢复杂骨折、脊柱和骨盆骨折等创伤骨科的治疗。



向一鸣,主治医师

咸宁市外科学会委员,咸宁市外科学会骨科分会委员,从事骨外科临床工作十余年,对骨外科各种急性损伤、慢性疼痛具有丰富诊疗经验,擅长骨折手法整复,四肢骨折、关节损伤的微创治疗。

外科简介

湖北科技学院附属第二医院外科经过多年的发展,形成了5个特色鲜明的专业和学科方向:普外科、骨外科、泌尿外科、心胸外科、手足外科。其中教授、主任医生3人,副主任医生4人,主治医生8人,并配有腹腔镜、超声刀、麦默通、C臂机、胆道镜、关节镜等各种进口设备齐全。

医院地址:湖北省咸宁市温泉马柏大道168号(东门)/茶花路58号(西门)
健康热线:0715-8102616

世间万象

自闭症基因也会影响牛的性格



澳大利亚昆士兰大学一项研究发现,引发人类自闭症谱系障碍(俗称“自闭症”)的基因也会影响牛的性格。

昆士兰大学动物科学中心主任本·海斯等在新一期学术期刊《遗传学选择进化》上发表论文说,他们对9000多头肉牛进行了全基因组测序,分析与牛性情相关的数据点位。结果发现,控制人和牛大脑中有关功能和对恐惧刺激反应的基因存在重叠,一些在自闭症患者中常见的基因,也会使牛对新环境更恐惧,性格更暴躁。

月球生锈了 可能是地球惹的祸



据《每日科学》报道,夏威夷大学马诺阿分校李帅助理研究员团队,通过月球矿物学制图仪M3,对月球勘探搜集的数据进行高光谱成像分析,在两极高纬度地区发现水冻冰块,同时也发现了红色岩石。后者光谱特征与赤铁矿相似。

李帅团队假设,是地球氧气跑到了月球。满月期间,月球正位于地球磁尾,尽管磁尾会阻挡99%的太阳风风向月球,但仍会有非常稀少的氧原子被吹到月球表面,成为月球产生氧化铁的主要氧化剂,从而给铁锈形成创造条件。

蜂鸟低体温创纪录 夜间可降至3.3℃



在一项发表于《生物学通讯》的研究中,美国科学家对安第斯山脉的不同蜂鸟物种进行了分析,他们发现黑辉尾蜂鸟在夜间的体温可以降低到3.3℃,这是观测到的鸟类和非冬眠哺乳动物中的最低体温。此外,其他蜂鸟平均也可以将体温降至5℃至10℃,从而将心率从每分钟超过1000次降至50次。

(本报综合)

竞价公告

经相关部门批准,受委托,定于2020年9月30日上午9点在武汉光谷联合产权交易所网站上对以下标的采用网络竞价方式进行公开招租,现将有关事项公告如下:

一、标的物的基本情况

标的1:咸宁市二十二万伏路原粮厂阔叶仓库2楼仓库五年租赁权,起拍价:5.15万元/首年,竞买保证金:3万元;

标的2:咸宁市轻工大厦温泉路35号(现为阿玛施&哥哥)三年承租权,起拍价:15.8万元/首年,竞买保证金:3万元;

标的3:纺织大楼二楼(纺织公司办公楼)三年承租权,起拍价:6.13万元/首年,竞买保证金:3万元;

标的4:咸宁市水利公司咸宁市温泉路60号(6幢)三年承租权,起拍价:6.01万元/首年,竞买保证金:3万元。

二、竞买人资格及其他说明

1、中华人民共和国境内外的法人、具有完全民事行为能力自然人和其他组织均可申请竞买。

2、竞买人须缴纳竞买保证金。

3、成交后,租赁面积存在差异不影响最终成交价。

4、本次拍卖的优先承租权人在报名截止前与武汉光谷联合产权交易所咸宁市产权交易所有限公司联系确认优先承租权并缴纳竞买保证金及相关报名资料参加竞价,否则,视为放弃优先承租权。

5、如挂牌期限届满只有一个符合受让条件的竞买人,则采取协议方式成交,如挂牌期限届满有两个或以上符合受让条件的竞买人,则采取网络竞价的方式确定受让人。

三、竞价文件的获取

本次竞价的详细资料及具体要求,详见竞价文件和武汉光谷联合产权交易所网站(http://www.ovupre.com/)。申请人可于2020年9月29日前到武汉光谷联合产权交易所咸宁市产权交易所有限公司(简称咸宁市产权交易所)或湖北泉盛拍卖有限公司获取竞价文件。

四、报名申请

申请人可于2020年9月29日17时前到咸宁市产权交易所有限公司按《竞价文件》的规定提交书面申请,并向指定的账户交纳竞买保证金,交纳3万元竞买保证金可参与整个标的的竞价,若想要参与多个标的的竞价则须缴纳相应的竞买保证金,交纳竞买保证金的截止时间为2020年9月29日17:00时整(以到账时间为准)。

经审查,申请人按规定交纳竞买保证金并办理竞买登记手续的,咸宁市产权交易所有限公司、湖北泉盛拍卖有限公司将在2020年9月29日17:30时前确认其竞买资格。

五、标的的展示及其时间

本次标的的公告日期起在其所在地公开展示。

六、网络竞价时间及地点

网络竞价时间:2020年9月30日9:00时

网络竞价登录平台:http://portal.ovupre.com

七、联系方式和银行账户

(一)湖北泉盛拍卖有限公司

联系人:潘女士

电话:138-65755552

地址:咸宁市咸宁大道39号国际大厦A座19层

(二)武汉光谷联合产权交易所咸宁市产权交易所有限公司

联系人:姜先生

电话:0715-8128199

地址:咸宁市咸安区政务服务中心一楼(行政监督管理局斜对门)

(三)银行账户

户名:武汉光谷联合产权交易所咸宁市产权交易所有限公司

开户行:湖北咸宁农村商业银行股份有限公司浣河支行

账号:8201 0000 0027 69312

武汉光谷联合产权交易所咸宁市产权交易所有限公司

湖北泉盛拍卖有限公司

2020年9月17日

崇阳县中医院骨伤科

电话:3066175 3066171 3066230