



红烧腐竹

本报记者 朱亚平



腐竹是最平价的补钙王,一口腐竹下肚,让氨基酸、植物蛋白质在体内“爆表”。软糯爽口有韧劲,关键是它入味快,5分钟就能做出一道家常菜。

腐竹属于大豆制品,是豆浆煮沸后经一段时间保温,待表面形成一层薄膜,挑出后下垂成枝条状,再经干燥而成,营养丰富又可以为人提供均衡能量的优质豆制品。

老一辈人都喜欢自己动手制作的美食,我还年轻时,爷爷便经常会自己做豆浆、豆腐、腐竹。爷爷会拉着我们搭架子、架炉子、生火堆,只为能尝到一口美味。

腐竹制作需要经过浸泡、磨浆、揭皮、烘干等工序。黄豆经过浸泡后,打成豆浆,熬煮好的豆浆面上会出现一层薄薄的豆皮,用一根竹签手工揭皮,进行自然晾干。

干腐竹色泽黄白,油光透亮,用清水浸泡3至5小时后,既可炒,也可拌,还是涮火锅的好食材,跟肉类和蔬菜都可搭配,营养又美味,深受人们喜爱。

头层腐竹即第一锅黄豆浆起的腐竹,其质量、口感、营养都是最好的,口感醇香,煮之爽滑而不容易烂,健康美味。经过长达8小时的柴火慢熬,便能炼制出一块精品腐竹。

腐竹由原豆精华提炼,营养丰富,滋阴润肺,补气补血,煲汤时放入几小片让汤味更加香浓甘醇。新鲜熬制好的腐竹晾晒至半干的状态,送给亲朋好友,开袋下锅便能吃到美味了。

腐竹中含有大量的蛋白质,有很高的营养价值。每100克腐竹中含有约16.9毫克的钙,干腐竹的蛋白质含量可高达54.2g/100g,即便泡发后,腐竹的蛋白质含量依然可以达到15%以上。

腐竹的烧制过程也非常简单。腐竹先泡水,泡好的腐竹加上鸡蛋液,搅拌均匀。加入生抽、蚝油、白糖和少许淀粉,放适量清水搅拌均匀。锅里放油后放腐竹翻炒一下,捞出备用。再起油锅,放蒜末、豆瓣酱,炒出香味和红油,加入辣椒黑木耳再放入腐竹翻炒。放入调好的料汁,翻炒均匀即可出锅。

腐竹口感独特,豆香四溢。整个厨房白雾弥漫,满满的一盘童年回忆,满满的一盘热辣美食。

我市一条旅游线路入选国家级乡村旅游精品线路

品生活烟火气 赏金秋诗意景

本报记者 朱亚平



为丰富节假日期间优质旅游产品供给,文化和旅游部近日遴选出85条乡村旅游精品线路,咸宁“人间有味 自在乡村”精品线路入选国家级乡村旅游精品线路。

咸宁地方美食风味各有特色,让人难分高下。“人间有味 自在乡村”精品线路包括咸安区、嘉鱼县、崇阳县、通山县、通城县、赤壁市等地美食。

行程路线从咸安区鸡汤小镇——萝卜公社——嘉鱼田野乡村公园——嘉鱼县光年城堡——崇阳县——通城县药姑山——古瑶村——通山县九官山旅游度假区——赤壁羊楼洞。

该线路被网友们热评为“最有烟火气息”的线路。当中推荐的贺胜鸡汤,以当地农户散养的土鸡,配以适量的红苕粉条,采用当地无污染的优质地下水和其他佐料,用适当的火候精心炖制而成。鸡汤清而鲜,味道醇厚,鸡肉鲜嫩饱满,粉条顺滑,爽口弹牙。鸡汤色黄、味醇、汤鲜、肉嫩,肥而不腻,烂而不散,营养价值极高。

萝卜宴出产于咸安区。咸宁山环水绕,土壤肥沃,是萝卜的种植宝地,白水萝卜还曾是宫廷贡品,有着“仙萝”的美誉。炖汤、红烧、清炒或者刨成细丝,裹上面糊下锅油炸,酥脆外皮下的萝卜丝清甜甘润,油香不腻,开胃可口。

野藕煨龙骨吊锅是用土猪的龙骨和本地湖区的九孔野藕煨制而成,野藕甜糯可口,龙骨肉烂味香,藕汤鲜香甜美浓厚,营养丰富,令人回味无穷。

腊肉炖雷竹笋产自素有“中华雷竹之乡”美称的崇阳。腊肉

是湘、鄂、赣三地传统美食,是农家餐桌必备佳肴,腊肉色泽鲜艳、黄里透红、味道醇香、肥不腻口、瘦不塞牙,不仅风味独特,而且有开胃、去寒、消食等功能。

在这条香气扑鼻线路的旁边,还有很多好玩的好去处。

萝卜小镇共分四个示范区:乡村综合体示范区、研学示范区、种植示范区、美丽乡村示范区。其中,核心功能区“萝卜公社”,集合田园民宿、乡村文创、乡建学院、鄂菜研发、民俗工艺坊、农产品电商、亲子研学等多种业态。

光年城堡采用自嘉鱼民间收集的明代至清末的五十万块青砖、数万块青石板,依照湖北长江码头文化精心设计而成。门前开阔的草坪上,错落布置有不少园林小品、恐龙雕塑、小型游乐设施和供游客休息的小亭。城堡内青砖古朴,石板小路蜿蜒优雅,假山怪石意趣无穷。

药姑山·古瑶村,人文景观众多,有药姑瑶池、李将军庙、湿地公园、生态农业观光、瑶望千年广场、古瑶文化陈列馆、瑶乡古街、瑶乡药谷、药用植物园、东壁听溪、六叠泉、一线天瀑布等主要景点。

羊楼洞明清石板街为省级重点文物保护单位、中国历史文化名村。位于赤壁市羊楼洞镇,为湘、鄂交界之要冲,古街以明清建筑为主,主街宽4米,长2200米,伴有数条丁字小巷,街面全部以青石铺设。历代运茶的“鸡公车”将石板碾出寸余深槽。东西松峰港上多为吊脚楼,有3座长条石桥贯通港东。街道随松峰港曲折迂回,别具一格。

中国青砖茶博物馆位于赤壁市赵李桥镇羊楼洞村,馆内藏品繁多、史料翔实、系列完整,是国内主题突出、特色鲜明、藏品丰富、文化底蕴深厚的茶叶专业博物馆。



通城县图书馆:让阅读更智能

本报记者 陈希子

秋高气爽,去图书馆感受书香是不错的选择。

“十一”黄金周期间,通城县图书馆迎来了四面八方的游客,记者也感受到了浓浓书香。

通城县图书馆新馆位于银山广场文化艺术中心东侧,是面向市民免费开放的主要公共文化场馆之一,新馆总建筑面积5067平方米,占地面积1013平方米,藏书20多万册,电子图书62万册,可容纳读者400余人。

馆内设有少儿图书阅览区、综合阅览区、科普阅览区、报刊阅览区、视障阅览区、VR电子体验区、报告厅、展览厅等功能区,致力打造多重立体阅读空间,为读者提供全方位的贴心服务。

“图书馆试运行期间对外开放了儿童阅览区、视障阅览区、科普阅览区等主要阅览区域,满足广大读者的阅读需求。”工作人员许晶介绍。

当天,不少市民来到图书馆新馆开启全新的阅读之旅,大家结伴参观、打卡,尽情享受阅读的乐趣。

“现在新建的图书馆环境好,更现代化、更智能化了,阅读爱好者们都来看书,真的进入了全民阅读的时代。”市民凡成丽介绍。

馆藏图书涵盖了多个领域。文学类从古典文学名著到当代畅销小说一应俱全,读者可以在这里领略到中国文学博大精深和世界文学的多元魅力;历史类藏书犹如一条时间长河,让人们能深入探索

人类历史的各个阶段,从古代文明到现代社会发展历程;社科类图书则涉及政治、经济、文化、社会等诸多方面,为研究人员和对社会现象感兴趣的读者提供了丰富的素材。

馆藏总量达到20多万册,其中不乏一些珍贵的古籍善本,这些古籍承载着通城地区乃至更广泛区域的历史文化记忆,经过精心地保存与修复,为研究地方文化、历史、民俗等提供了不可多得的原始资料。

值得一提的是,顺应数字化时代的发展潮流,通城县图书馆积极建设数字资源库,拥有电子书62万册,这些数字资源让读者能够突破时间和空间的限制,通过图书馆的网站或者手机应用,随时随地获

取知识信息,无论是学术研究资料的查询,还是休闲阅读的电子书浏览,都变得极为方便。

“通城县图书馆新馆建设以扩大图书馆场地和提升智能化设施设备为主要目标,进一步提升服务效能,满足广大读者的需求。图书馆将为读者提供全方位的自助借还服务,集智能化设备体验、电子图书阅读、影音观摩、培训、讲座于一体的全民服务。”通城县图书馆馆长李大甘介绍。

通城县图书馆秉持“读者第一,服务至上”的理念,致力于为全县人民提供优质服务、高效、均等的公共文化服务,不断提高工作人员的业务素质和服务水平,以热情、耐心、细心的态度对待每一位读者,努力营造温馨、和谐的阅读氛围。

通城:巡察“利剑”守护绿水青山

本报讯 通讯员范惠慧报道:“感谢你们巡察组,现在空气清新宜人,我们村环境越来越好了!”近日,通城县油坊村村民金大哥开心地向巡察整改专班工作人员介绍,他们长期被养殖污染困扰的问题终于得到了解决。

此前,通城县委第四巡察组在对县生态环境局开展巡察期间,接到群众反映油坊村某养猪场养殖粪便乱排污染环境的问题,且投诉多次却长期得不到解决。接到举报后,巡察组第一时间对该问题进行实地走访、调查核实,并向县生态环境局下达《立行立改通知书》,要求立即调查处理。目前,县生态环境局对该养猪场未按规定收集、处置养殖废弃物的环境违法行为立案查处,并联合县农业农村局等部门对其违建建设问题要求停业整改。

据了解,通城县将县生态环境局作为先行区建设专项巡察监督对象,聚焦中央环保督察、生态文明、污染防治、行政执法问题等热点问题,通过实地走访调研、调阅材料等方式,共发现生态环境保护领域监管执法不严、农村水源地环境监管不力等方面突出问题38个,并推动解决沿街商铺油烟扰民、企业粉尘噪声污染、农村水源地保护不力等一批群众“急难愁盼”问题,用实际行动取得了明显成效,让群众深刻感受到了巡察的“温度”。

“生态环境是我们赖以生存和发展的基础,也

是和人民群众打交道最集中的领域之一,既要及时推动解决群众身边具体事件,也要高度关注其背后不作为、慢作为、乱作为等现象,深入查找和纠正群众身边不正之风和腐败问题。”县委巡察组组长表示。

巡察期间,坚持发现问题、形成震慑工作方针,综合运用信、访、电、网、微“五位一体”信访举报平台,广泛收集生态环境领域问题线索。对群众反映强烈且具体、可查性强的问题线索,及时提请纪委监委相关室部会商研判、跟进监督,凸显边巡边查、立竿见影的震慑效果。截至目前,边巡移交问题线索3件,查实立案率100%,其中关于非法利用国有资产为他人提供贷款担保问题线索已立案19人,留置6人,查处涉案金额200万元。

“深入打好污染防治攻坚战,需要精准施治、久久为功。”通城县委巡察办负责人表示,下一步将持续用巡察“利剑”为人民群众守护绿水青山,留住蓝天白云,为实现通城中部地区绿色发展先行区目标贡献力量。



市农业农村局突出三项举措 加强衔接资金项目管理

本报讯 通讯员王寅报道:今年以来,我市始终把衔接资金项目管理作为巩固拓展脱贫攻坚成果衔接推进乡村振兴的基础性工作,通过精心谋划部署、全力引导推进、加强督办检查等一系列措施,充分发挥衔接资金项目效益,助推乡村振兴。

精心“谋”项目,建好项目库。根据《湖北省衔接资金项目管理“一本通”》有关要求,市农业农村局加强组织领导,提前谋划项目,千方百计加快推进,于去年底前完成了2024年度项目库建设。据全国防止返贫监测和衔接推进乡村振兴信息系统(以下简称“国网”)显示,2024年全市入库衔接资金项目2800个,项目预算总投资44.5亿元。其中产业发展项目1433个,乡村建设行动项目1316个,巩固“三保障”成果项目24个,就业项目10个,易地搬迁后扶项目8个,其他项目9个。

全力“引”项目,壮大产业链。我市严格执行项目备案制度,引导各地在项目审批上向产业项目倾斜,确保中央衔接资金用于产业比例不低于65%以上的要求。

截至9月份,全市共收到中央衔接资金28444万元,其中用于产业比例为67.7%。中央、省、市、县四级用于产业项目资金27358万元。引导衔接资金项目审批向全市“八大产业链”倾斜。全市衔接资金投入“八大产业链”项目49个,投入资金3790万元。

坚持“督”项目,确保开工率。市农业农村局坚持月跟踪、季通报、不定期抽查制度。每月对衔接资金项目开工情况、资金拨付情况进行跟踪管理。截至8月底,全市纳入年度实施计划项目620个,已开工项目613个,开工率98.9%。中央资金拨付率64.6%。每季度对各县(市、区)衔接资金项目管理使用情况进行通报,营造比学赶超氛围,今年已印发2期巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接重点工作通报。同时将衔接资金项目管理与乡村振兴领域不正之风和腐败问题专项治理、防止返贫动态监测和帮扶集中排查等工作相结合,不定期对接衔接资金项目管理情况进行抽查。

咸安经发集团 助群众喝上“舒心水”



本报讯 通讯员郑梦媛、黄维龙报道:10月16日,咸安经发集团组织党员干部深入咸安区双溪桥镇高七村,积极倾听民众声音,着力聚焦民众困扰,以实际行动解决群众的当务之急。

据悉,双溪桥镇高七村十七组共有86户村民,长期以来,该组依赖高七山顶一处大型水塘作为日常饮用水源。由于年代久远,原有的引水管道严重老化并出现堵塞,导致十七组村民面临吃水难题。

为解决当地村民用水状况,咸安经发集团克服山高路险等重重困难,积极组织党员干部和专业技术人员,及时更换约900米的引水管道。同时,为确保水流控制稳定,还在引水处新建了一座拦水坝,从根本上解决了十七组村民的生活用水问题。