

随着立冬节气的到来,吃火锅成了深秋和冬日的“标配”,如今走进火锅店,神奇的“小众蔬菜”迅速抓人眼球:皱叶菜、荨麻菜、板蓝根菜……与家常的蔬菜相比,这些蔬菜光听名字就很稀奇,不知为何物。中国人对蔬菜的喜爱大概是刻入基因的,不妨走进神奇的“菜园”,认识一下小众蔬菜的“庐山真面目”。



### 蔬菜也会“咬人”

近来,一款皱巴巴的蔬菜因奇特的外表和不菲的价格而走红,在超市货架、火锅店中都能看到它的身影。它因叶片厚实、表面褶皱多而得名,其褶皱结构有助于吸附汤汁。网友赐名“百洁布菜”,是因为它“吃起来的口感像啃树皮”,几片叶子就要二三十元的价格。

它的学名叫皱叶菜,也叫皱叶甘蓝。翻开皱叶菜的“家谱”,它是羽衣甘蓝的“家族成员”,和我们平常吃的甘蓝、西蓝花、花椰菜同属于甘蓝类蔬菜,富含维生素、膳食纤维、矿物质等,尤其深受健身人士的喜爱。

羽衣甘蓝的类型很多,其中色彩艳丽的主要用作观赏,而皱叶菜由德国、荷兰引进国内,在武汉研发培育了10年,最后试种成功,它的VC含量是猕猴桃的2.5倍,可保护肝脏,提高免疫力。

火锅店里还有一种冷门蔬菜叫“尊麻菜”,菜名和“尊麻疹”的前两个字重合。之所以叫尊麻菜,是因为这种植物有刺毛,一旦小刺折断,释放出的甲酸让皮肤接触处瞬间感到剧烈灼痛。如果走进昆明的火锅店,点一盆新鲜的尊麻,随之会贴心地附送一块告示牌:“禁止触碰,我会咬人”。

但它同时又是一种药材和食用蔬菜。尊麻属植物,在全球的温带、热带地区广泛分布,不少国家都将它做成传统美食,尤其在俄罗斯的餐桌上常见,它被用于做汤以及沙拉食材。在英国多塞特郡,每年夏日还会举办生吃尊麻大赛,比赛方式很简单,参赛选手从尊麻枝条上摘下叶子生吃,一小时后测量每人所吃的尊麻秆长度。

最适合尊麻菜的烹饪方式是涮火锅。因为高温可以破坏尊麻小刺的结构,分解其中的成分。它煮熟后的口感和菠菜一样柔滑,清香中带着微微的酸味,适合解腻。只是在涮火锅时,切忌徒手抓尊麻菜。

## 「小众蔬菜」有多新奇



### 沙葱不是葱,山苏如鸟巢

还有一些蔬菜,光听名字无法判断是蔬菜,与营养价值高、口感不好的蔬菜相比,它们是口味不错的小众蔬菜。

在中国的西北城市,餐桌上常见一种细细的蔬菜,和羊肉搭配是一绝,还可以单独做成凉菜和咸菜。这种蔬菜叫“沙葱”。

据《中国植物志》记载,沙葱也叫“蒙古韭”,是百合科葱属植物。它一般生长在海拔800米至两三千米的荒漠、砂地或干旱山坡。在我国新疆、青海、甘肃、宁夏、陕西、内蒙古等地均有生长。

有些人不爱食葱,但喜爱吃沙葱,因为沙葱没有葱味的那种“冲”,不像香葱或大葱有些辛辣,风味更接近韭菜,却没有韭菜味道重,更清新爽口。且沙葱叶片中含水量丰富,入口时还有丝丝的清甜感。

沙葱中那种似葱又似韭,鲜嫩多汁的美味,主

要归功于其中所含的呈味氨基酸,如天冬氨酸、谷氨酸等,这类氨基酸是食物鲜美的源泉,在牛羊肉、海鲜、蘑菇中的含量较丰富。

有一种蔬菜,在广州十分风靡,一盘难求。它叫“山苏”。在餐馆里吃上一盘山苏就要五六六十元的价格,比牛肉还贵。

山苏的叶片碧绿油亮,是近年来从中国台湾省引入的蔬菜。山苏的全名叫台湾山苏花,由于修长的叶片围绕植株中心紧密排列,像鸟巢一样而得名,也叫“鸟巢蕨”。台湾有600多种蕨类植物,其中鸟巢蕨属植物的食用价值最高,种植面积最大。鸟巢蕨含有丰富的蛋白质、维生素C、钙和其他营养成分,与油菜、菜花、西芹等常见蔬菜成分相近。

为了得到更好的口感,山苏通常只能采摘“巢”内侧叶片末端的三分之一处,之后它还会再生。煮熟后,山苏叶脆嫩中带着韧劲,嚼起来口感像海带,还有山野间特有的清香。山苏所属的巢蕨花语是“吉祥、富贵、清香、长绿”。

### 被赋予奇怪的名字

还有一些小众蔬菜,蔬菜的名字听上去不陌生,但是品尝过的人很少,它们的身影更多出现在各大火锅店。

很多人吃过中药板蓝根,但是今年新登场的“板蓝根青菜”,从没见过。它看上去和普通油菜没有很大的区别,是研究员的一次“偶然所得”。

华中农业大学国家油菜工程技术研究中心将菘蓝(又名“板蓝根”)和甘蓝型油菜进行杂交,本意是提高油菜的抗病性,却培育出了新品种“菘油1号”,今年开始大规模走向市场。它含有板蓝根中的抗病毒成分,又有着油菜的清甜爽脆,并且富含维生素C、钙、蛋白质等营养成分,其维生素C含量是橙子的两三倍、苹果的数十倍。不过专家提醒,板蓝根青菜的本质仍然是一种蔬菜,不能用它来代替

板蓝根等药物。

还有一种菜,民间叫“水性杨花菜”,它细细长长的,色泽鲜绿透着微黄。它的学名叫“海菜花”,虽然名字中有个“海”字,但它在云南的方言里是湖泊的意思。

海菜花主要分布在云南、四川、贵州等地,以云南洱海和泸沽湖的最为有名。它是一种多年生的沉水草本植物,对水质要求极高,只能生长在水质良好的浅水区。

海菜花的茎叶长在水中,花漂浮在水面,因花瓣会随水波荡漾,古人便将其命名为“水性杨花”。在云南,水性杨花菜是常见的食材,可用于火锅、炒菜等。现在,野生海菜花已列入国家二级保护植物品种,市面上的海菜花基本是人工培育的。

### 古代大众菜沦为野菜



如今,白菜被公认为最常见的蔬菜之一。有一些餐桌上快要消失的蔬菜,在古代曾是“百菜之王”。

比如,冬寒菜,也叫冬葵,在古代相当于今天白菜的地位。它主要产自四川等地,过去人们常用它煮粥。

史料记载,大约在西周时期开始种植冬寒菜,成为当时的主流蔬菜。《诗经》中所描述的“七月烹葵及菽”,其中的“葵”指的是葵菜,也就是冬寒菜。毕竟以前的蔬菜种类较少,尤其是冬季可吃的品种更少,而冬寒菜凭借它的耐寒性、易种植、无病虫害等特点,成为古代的“百菜之王”。

如今餐桌上已很少见到冬寒菜的身影,但在野外能常常见。冬寒菜有着超强的生命力,在野外可以迅速地自然生长,逐渐变成了一种野菜。

藿菜,曾是古代的“五菜”之一,它是豆类植物的叶片。古人常说的“藿食者”,与之相对的是“肉食者”。如今,藿菜仍是河北一些地方的传统家常菜,常和粉条、豆芽等拌制在一起,有浓厚的地方风味。

(原载《解放日报》)

## 一曲《玉盘》如何唱出中华民族记忆共鸣

“玉盘玉盘,你为何悬于屋顶上;玉盘玉盘,你为何白白送银光……”悠远清亮的童声在舞台上回荡,灯光洒落,孩子们仰起的笑脸被一轮“玉盘”映亮。从大凉山到成都,从山村到城市,葫芦童声与大凉山果果合唱团共同唱响的《玉盘》,近日获得第十八届文华奖(文化节目奖)。

自亮相春晚舞台以来,《玉盘》以恢宏的气势与纯净的童声打动无数观众。这首以“问月”为主题的歌曲,如何从众多作品中脱颖而出?《玉盘》制作人、民盟成都市武侯区委基层委员会文艺支部副主委、葫芦童声少儿原创音乐厂牌创始人杨柠豪

在接受本报记者采访时,讲述了这轮“圆月”背后的故事。

在杨柠豪和创作团队成员的设想中,这首歌是一段从远古传递到当下的民族史诗。“最初的版本由非常原生态的人声引入,我们想把所有人带回到中华民族最原始的旷野中,去聆听古人对月亮的叩问与探索。”

为了让更多人感受到这种共鸣,杨柠豪和团队邀请了来自四川大凉山的彝族孩子,与汉族孩子一同演绎。“我们不想让这首歌局限于某一种民族的表达,而是希望无论身处何地、来自何方,都能在歌声中感受到这片土地的根与魂。”他说。

在彝族孩子心中,月亮是最质朴的陪伴。夜色下,他们沿着山路回家,朗月如灯,照亮前路,也照亮心灵。“他们常说明月照着自己,就像一个伙伴。”杨柠豪觉得,这种纯粹、真实的情感,能为歌曲注入天然的生命力。

“汉族孩子的声音干净、准确,而大凉山孩子的声音,有种赤脚踩在土地上,对着月亮歌唱的质感。这样的融合让歌曲有了更宽广的情感表达。”杨柠豪说。

从问月“为何悬于屋顶”,到“天宫是否有答案”,歌词充满了时代的延伸感,也映照着中国人探索宇宙的脚步。杨柠豪介绍:“我们选择用口弦——这种古老又

现代的彝族民族乐器,它的声音像电子音乐,能让‘古’与‘今’‘民族’与‘科技’在一首歌中对话,把民族的记忆与时代的节奏融为一体。”

《玉盘》拥有独特的气势,孩子们唱起来投入、眼神明亮。“他们觉得自己唱的不是一首普通的歌,而是一种精神。那种劲儿是从心里往外涌出来的。”演出后,有孩子对杨柠豪说,希望有一天能成为宇航员,飞向月球时能想起小时候唱过的这首歌。他想,“也许不是每个孩子都会去追逐月亮,但他们会在歌声中生出更大的理想。”

(原载《中国新闻报》)

**赤壁市烟草专卖局公告**  
赤烟公[2025]第134号

2025年10月13日,我局在湖北省咸宁市赤壁市康华物流园申通快递点查获黄鹤楼(软蓝)、黄鹤楼(软红)贰个品种卷烟共计捌条,并依法予以先行登记保存。

请物主于本公告发布之日起60日内到赤壁市烟草专卖局(地址:湖北省咸宁市赤壁市河北大道183号;联系人:熊莹;联系电话:0715-5331606)接受调查处理。若逾期不来接受处理,我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定,依法对涉案烟草专卖品作出处理。

赤壁市烟草专卖局  
2025年12月1日

**赤壁市烟草专卖局送达公告**  
赤烟罚送公字[2025]第143号

无主:

2025年7月23日本局在湖北省咸宁市赤壁市新店镇赤马港街道赤壁大道1188号湖北康华物流园申通快件点查获黄鹤楼(软珍)、黄鹤楼(软红)贰个品种卷烟共计捌条,并依法予以先行登记保存。

请物主于本公告发布之日起60日内到赤壁市烟草专卖局(地址:湖北省咸宁市赤壁市河北大道183号;联系人:熊莹;联系电话:0715-5331606)接受调查处理。若逾期不来接受处理,我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定,依法对涉案烟草专卖品作出处理。

对31支空管烟予以公开销毁处理。

根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十五条的规定,现将赤烟处罚[2025]第143号《行政处罚决定书》予以公告送达。公告送达期限为三十日,期限届满视为送达。

赤壁市烟草专卖局  
2025年12月1日

### 赤壁市烟草专卖局公告

赤烟公[2025]第135号

2025年10月17日,我局在湖北省咸宁市赤壁市赤马港街道赤壁大道1188号湖北康华物流园申通快件点查获黄鹤楼(硬珍品)、黄鹤楼(软红)贰个品种卷烟共计肆条,并依法予以先行登记保存。

请物主于本公告发布之日起60日内到赤壁市烟草专卖局(地址:湖北省咸宁市赤壁市河北大道183号;联系人:熊莹;联系电话:0715-5331606)接受调查处理。若逾期不来接受处理,我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定,依法对涉案烟草专卖品作出处理。

赤壁市烟草专卖局  
2025年12月1日

### 赤壁市烟草专卖局送达公告

赤烟罚送公字[2025]第148号

无主:

2025年7月30日本局在湖北省咸宁市赤壁市新店镇赤马港街道赤壁大道1188号湖北康华物流园申通快件点查获黄鹤楼(软珍)、黄鹤楼(软红)贰个品种卷烟共计捌条,并依法予以先行登记保存。

根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十五条的规定,现将赤烟处罚[2025]第147号《行政处罚决定书》予以公告送达。公告送达期限为三十日,期限届满视为送达。

赤壁市烟草专卖局  
2025年12月1日

### 竞价公告

受委托,兹定于2025年12月15日(星期一)上午10时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的方式进行公开竞拍,现将有关事项公告如下:

一、标的概况:  
咸宁市通山县大河洞温泉颗粒公司向北入口东侧一楼3号商铺三年租赁权,建筑面积约36.81平方米,起拍价:67.4万元,竞买保证金5万元,竞价保证金1150元。

二、标的竞价时间、地点:  
自公告发布日至2025年12月12日下午17:00时止(节假日除外)按每小时竞价一次的原则在其所在地公开展示,有意者可自行查看标的物。

三、竞买人资格及报名截止时间、地点:  
1.意向承租方须具备设立、合法存续的境内企业法人,其他组织及具有完全民事权利能力和行为能力并能够独立承担民事责任的自然人。  
2.意向竞买人报名时须将竞买保证金、竞买准备金转到指定账户,并填写“竞买保证金确认付款账户”、不接受担保或第三方代为支付,竞买准备金账户户名:(户名:湖北泰诚股权投资有限公司,银行行号:31352200000000000000,账号:3700149104000000707)。

并持有效身份证件、竞买保证金交款凭证等到武汉光谷联合产权交易所咸宁分公司的理竞买服务窗口,获取竞价文件。

自然人、法人和其他组织报名前,须在“e产权”—注册—通行证栏中注册。详见《用户指南》(https://otc.ovalue.com/info.html#infoList?id=26)。

四、网络竞价时间及地点  
网络竞价时间:2025年12月15日上午10:00时  
网络竞价登录平台:https://otc.ovalue.com/jydt.html#jydt/list

五、联系方式  
(一) 武汉光谷联合产权交易所咸宁分公

联系人:陈女士  
电话:0715-53262001

(二) 咸宁市泰诚股权投资有限公司  
联系人:邹经理  
电话:0715-92509000 13007247790

武汉光谷联合产权交易所咸宁分公

司  
湖北泰诚拍卖有限公司  
2025年12月1日

### 隽土网挂G(2025)067号、 G(2025)069号国有建设用地 使用权出让成交结果公告

经通城县人民政府批准,通城县自然资源和规划局委托通城县公共资源交易中心对隽土网挂G(2025)067号、G(2025)069号国有建设用地使用权公开出让,现将出让结果公告如下:

地块编号:隽土网挂G(2025)067号  
宗地位置:通城县麦市乡  
土地面积(M<sup>2</sup>):14721.54  
规划用途:工业用地  
出让年限:50年  
供地方式:挂牌  
起始价(万元):414  
竞买保证金(万元):1342  
交易结果(万元):414  
成交时间:2025-11-28  
成交价格(万元):414  
受让人:通城县中优铺锁厂  
通城县自然资源和规划局  
2025年11月28日

通城县公共资源交易中心  
2025年11月28日

通城县自然资源和规划局  
2025年11月28日

通城县公共资源交易中心  
2025年11月28日</