

资深驴友教你上哪去采野菜

刚一上市就成“新宠”，量少价高好卖但请细看再吃

■记者 田泽伟 实习生 徐旗旅

新鲜娇嫩的野菜向来是餐桌上的宠儿。近日,随着气温逐渐回升,野菜开始走上长沙市民的餐桌。3月3日,记者在长沙多个菜市场调查发现,香椿、蕨菜、马齿苋、茼蒿、水芹菜等野菜已新鲜上市,尽管“身价”有点高,仍然吸引了不少前来尝鲜的市民。

时令野菜上市 两小时卖光

“野蒿头5块一斤,就只有这样多了!”3月2日8点多,马王堆蔬菜批发市场里商贩高声叫卖着。

尽管还是三月初,市场里不少摊位上都能看到香椿、野蒿头、蕨菜、水芹菜、鱼腥草等野菜的身影。“每天水芹菜、蕨菜、野蒿能卖出几十斤。香椿的价格高,也能卖个十几斤。”经营蔬菜批发长达十年的彭博说。

荷花池菜市场的刘姐也表示,野菜卖得非常好,早上只拿了5斤野蒿头、十余斤水芹菜、2斤香椿,不到两小时就卖光了。

走访时记者发现,野菜销售火爆,但产自湖南本土的野菜并不多。马王堆一家专做野菜生意的温老板介绍:“目前,除野蒿和蕨菜

外,像水芹菜、鱼腥草、香椿等野菜,60%来自广东和云南。这些地方的气温回升快,野菜比湖南长得早。等天气再暖和一些,本土野菜就会多起来。”

按“两”卖的香椿 今年价格有所下滑

眼下正是野菜上市的季节,野菜新鲜、稀少,价格注定不便宜。

彭博介绍,今年的蕨蒿卖12元/斤,比去年贵了2元钱;水芹菜5元/斤,较去年便宜了5毛。而茼蒿4.5元/斤、蕨菜9元/斤、野蒿头5元/斤,芦笋8元/斤,均较去年价格有稍微上涨。

以往都按“两”卖的香椿,今年的价格较去年有了一定程度的下滑。其中,紫香椿的价格在70-80元/斤之间,绿香椿为55元/斤。

“每年香椿刚上市的时候,基本都卖这个价格,再等一个多月,本地香椿芽将大量上市,价格到时自然会降下来。”彭博说。

与菠菜、芹菜等常见蔬菜相比,野菜算得上“贵族”,但依然难以阻挡市民尝鲜的热情。“每年只有这个时候才能吃到香椿,尽管有点小贵,买点新鲜的换换口味也不错。”在荷花池市场里挑选香椿的陈女士告诉记者。

专家提醒

野菜采摘回家 用热水浸泡、去除草酸

春暖花开,不少市民相约郊游、踏青挖野菜。如何安全食用?

“长沙最常见的野菜有蒿子、地菜、蕨菜、水芹菜、野葱、鱼腥草、香椿、蒲公英、车前草等。”湘雅医学院博士生、资深驴友刘烟芳医生介绍。

尽管野菜因其独特口感和营养价值,受到市民的青睐,刘烟芳表示,但不是任何地方的野菜都能采摘食用,同时吃野菜也要因人而异。

“不要采摘受污染的野菜,尤其是工厂化学物质排放流域;野菜摘回家后,用热水浸泡、去除草酸;不认识的野菜坚决不能食用,以防中毒。”刘烟芳说,野菜多为寒性食物,因季节变化,性质有所改变,因此,市民朋友需依体质食用野菜,慢性病患者应少食或不食。

驴友招

长沙由南往北,哪些地方可找到野菜?

湘府路大桥至猴子石大桥沿线,包括南边的洋湖湿地公园一带:蒿子、水芹菜、蕨菜、折耳根、野葱、荠菜;

岳麓山南麓及桃花岭自然保护区,三汜矶大桥往北,秀峰山公园及鹅羊山公园周边:蒿子、蒲公英、香椿;

北月亮岛以及捞刀河周边:水芹菜、蕨菜、野葱等;

黑麋峰:香椿、蕨菜、春笋等。

此外,还有望城乔口镇、千龙湖、星沙松雅湖国家级湿地公园、浏阳大围山等地也有野菜。



位于湘江世纪城的江湾生鲜市场里,刚上市的野菜摆在了摊位的显眼位置。记者 田泽伟 摄

关注听力

忽视听力筛查 双胞胎兄弟成聋哑儿

本报3月3日讯 一对活泼可爱的双胞胎儿子,竟然是聋哑儿,市民罗权(化名)伤心不已。但更让他悔恨的是,儿子们的听力问题原本在出生时就筛查出来了,可他和妻子没有重视,错过了最佳的治疗时机。今天是第17个全国爱耳日,湖南省妇幼保健院专家为这对双胞胎进行诊断,尽力对他们进行救治。

在双胞胎之前,罗权已有一个健康的女儿。2013年9月,双胞胎儿子出生,医院为他们进行了听力筛查,两个孩子都没有通过。考虑到女儿一切正常,罗权和妻子对这个筛查没有重视。

双胞胎现在已经两岁多,却一直不会说话,而且对声音的反应迟钝。通过专家的仔细诊断,两个孩子都确诊为“极重度感音神经性耳聋”,也就

是平时所说的“聋哑”。“应该早诊断早治疗,现在已经错过了最佳治疗时期。”对于这样的结果,省妇幼保健院儿保科副主任医师贺定华很是心痛。

据了解,我国目前有听力残疾人2780万,其中0-6岁听力障碍儿童约为13.7万;每年新增听力残疾儿童达2.3万人,听力障碍已严重影响了他们的学习和生活。“虽然近年来卫生部门一直在宣传儿童耳聋防治要早发现早诊断早治疗,但仍有不少父母粗心或者盲目乐观,延误了对先天性聋儿的早期干预治疗,影响孩子终身。”贺定华强调,就算听力筛查通过,家长也应该多观察孩子对听力的敏感度,避免后天听力损害,错过孩子的最佳治疗时机。

■记者 李琪
通讯员 李俞辰 韩旭

老师呼吁别让城市噪音伤了孩子耳朵

本报3月3日讯 今日上午,一场别样生动的交流课在长沙市天心区文庙坪小学的课堂里展开,坡子街街道登仁桥社区的五老代表任海斌带来了收音机,并调出不同频率的声音让同学们记住哪些是噪音,号召大家一起爱护自己的耳朵。

“不要经常戴耳机,远离噪音。”小朋友张晋轩笑着说。

“学校有354个学生,只有一人需要助听器。”文庙坪小学

校长谭新跃介绍,小学生听力伤害主要是三方面:戴耳机听音乐、施工噪音、放鞭炮。特别是上课时,施工工地上的声音让同学们感到不适。“我们曾和临近单位沟通,有一定效果。”

登仁桥社区主任杨敏告诉记者:“社区会不定期地与专科的耳科、眼科医院联系免费检查,社区医院也在特定日子有免费的基础检查。”

■记者 张文杰
实习生 艾鹏飞 通讯员 石红

快讯

本周六,省展览馆7000岗位等你来

本报3月3日讯 你正在为找工作犯愁么?周六不妨去湖南省展览馆去看看。3月5日8:30-13:00,由长沙开福区人社局、湖南省展览馆人才市场举办的2016新春系列大型招聘会将在此举行。

据省展览馆人才市场相关负责人陈熙介绍,本场招聘会定位为“营销、技术、管理、服务”类,150余家用人单位将提供约7000个岗位。此外,本次招聘单位涉及行业广泛,所提供的岗位种类也很丰富,其中制造业用人需求持续升高,且薪资待遇不错。

为方便广大求职者免费找工作,该人才市场特开通微招聘“就业直通车”,提前发布参展单位名单及相关岗位信息,求职者可加微信公众号“湖南省展览馆人才市场”或“zlgzph”,提前了解相关信息,还可通过微信在线投递简历。 ■记者 陈月红

松柏路 道路改造施工管制

本报3月3日讯 今日,记者从长沙市交警支队了解到,为确保松柏路道路改造工程顺利,从3月5日零时起至7月31日24时止,松柏路的紫荆路至雷连路路口路段实施交通全封闭管理限制措施,禁止车辆和行人通行,原行经该路段的需绕道紫荆路、樱花路、雷锋镇消防队北侧和西侧支路等道路通行。 ■记者 黄娟