

关于老来青大米的传说

文 / 全歌

今年开镰来更早。

每年，沪郊第一镰老来青大米的收割，成为本地农事的一个标志。今年9月2日，老来青再次提前几天收割，米还是那个米，但是“内蕴”更丰富了。吃新米也像喝新茶一样，国庆前，市民能够吃到本地地产的新大米，是一种口福。

作为早熟优质香型水稻从苏沪香梗稻到松香早梗的“老来青”，在蒸煮时食用中都会发出特别的香味，因而受到人们的喜爱。吃新米也像喝新茶一样，有食客在等待着它。新老顾客盼望新米的上市准备一尝鲜香味。

今年，上海老来青米业专业合作社喜获科技支持，上海市科委科研计划项目课题任务书已经下达，课题名称为《早熟优质“老来青”品种的提纯复壮与品质提升技术研究》。市科委拨款70万元，松江区科委和“老来青”合作社分别配套70万元，主要研究解决两个问题：一是增加香味，过去新米上来的浓郁香味现在有所减弱，如今要通过分子标记技术，加快香味品种的选育和杂交，让香味回到餐桌；二是解决品种的条纹枯叶病，减少农药的使用。

一家煮饭满弄堂香，这是过去的记忆，现在，我们还能找回它吗？

种了八九年的老来青大米，最早时香味浓郁，放在汽车的后盖箱，拿走之后，米香可以保留三天，放在家里厨房更是一派香味，煮饭时，就有香味出来，等揭开盖子更是香味扑鼻。软糯、喷香；冷掉了也不会结块、变硬，依然保持着可口的感觉，真实难能可贵。

今年，“老来青”继续与“正广和”订水热线联手，市区居民可以拨打正广和销售网络订购热线96858，当天订购隔日免费送到家。五公斤一袋售价85元，可以满足市民国庆节前吃到新大米的需要。

今年“松香早梗”已经上市，价格不变，五公斤一袋售价85元。10公斤一袋160元。从现在起到国庆期间，只须拨打一个电话：52801507，在上海市范围内包括郊区免费送米上门。松江老来青销售门店曹安店（总店）：曹安路1501号真新粮食市场088号，电话：52801507。杨浦店：邯郸路10号粮油批发市场71号，电话：65310001。浦东店：联明路915号196号门面，电话：15901897196。闵行店：北翟路1550弄18号3幢，电话：62202611。售后和质量跟踪18001665132

附：老来青米业专业合作社地址：沪松路25号甲。订购电话：67741995



购蟹吃蟹要正宗 莲花岛上找林冲

国庆节将至，很多人都在计划着如何度过这个美好的节日。如果你想远离城市的喧哗，去寻找属于自己的那份宁静。如果你想饱口福，尝尝舌尖上的美味。那我推荐你上阳澄湖莲花岛。坐坐快艇，吹吹湖风，尝尝地道的农家菜，品尝正宗的大闸蟹，一定让你不虚此行。

蟹的品种较多，但惟有阳澄湖的大闸蟹味道最为鲜美，所以不少沪上市民不远千里，专程来到阳澄湖，但是到了阳澄湖能否吃到正宗的阳澄湖大闸蟹呢？其实，吃大闸蟹有一个绝佳的好去处，那就是阳澄湖莲花岛宝岛蟹舫。莲花岛位于苏州市北郊的阳澄湖畔，是一个面积约为1.6平方公里的小岛，形似一朵盛开的莲花，因此得名“莲花岛”。莲花岛四面环湖，独特的地理位置使其保持了良好的生态环境和恬静宜人的田园风光，素有“水净、土净、空气净”的美誉，是都市人向往自然、返璞归真的绝佳去处。

宝岛蟹舫是在莲花岛吃大闸蟹最好的店家之一，蟹农林冲在这里养蟹多年，宝岛蟹舫也开了有些时日了，每年来他船上吃蟹的人总是络绎不绝，最喜欢蟹舫的亲水大平台，坐在大桌子旁，嗑嗑瓜子聊聊天或是嚼几粒新鲜的菱角，绝对是吃蟹前最好的开胃小菜。

渔家宴是宝岛蟹舫的特色，湖鲜全部放养在湖中，随点随杀，随烧随吃，野生鳊鱼、鳊鱼，阳澄湖青壳螺蛳，湖里的野鸭，散养的老母鸡，蟹舫后头自家地里种的蔬菜，没有哗众取宠的摆盘，只有朴实自然的美味。至于那笼现捞现蒸的阳澄湖大闸蟹，剥开一只，蟹黄满眼，蟹油满手，吃完洗了两遍手，蟹味仍是挥之不去，令人无法忘怀。

宝岛蟹舫已经在莲花岛上经营了十几年了，颇得大家的信赖，为回报广大消费者的厚爱，实实在在地回报广大消费者。今年蟹舫特推出“满千送百”优惠活动。在9月18日至10月18日期间，凡在本店一次性消费满一千元，即可获得一张百元现金券，多买多送，以此类推。

具体路程如下：京沪高速（G2）——苏州绕城高速（S5常熟方向转S48无锡方向）——阳澄湖北出口——湘石路——澄林路——阳澄湖休闲旅游度假区——澄中路1号宝岛蟹舫私人专用码头。

联系人：林冲 联系电话：13806136787
网址：www.ychbaodao.com

上海达润堂
冬虫夏草专卖店
9月26日—10月3日举办迎国庆冬虫夏草、加拿大西洋参、枫斗、海参、枸杞、北虫草等特大优惠活动。

优惠活动：
冬虫夏草一次性购满30克即可成为会员，每年可享受冬虫夏草全年最低价（限一次性，数量不限）。

冬虫夏草均从青藏高原4500米采草藏民手中直接收购，从源头上保障虫草纯正，以最低价格让利给消费者（品质保证、假一罚十）。

冬虫夏草（散装）125元/—280元/克。盒装9克/盒—50克/盒（价格2480元/盒—11428元/盒）7.5折加拿大西洋参、海参、枫斗（买一送一）。

地址：斜土路645号近鲁班路好美家超市一楼电梯旁店名【达润堂】
轨交4号线鲁班路站、9号线打浦桥站
公交：89路、932路、17路、806路、733路、780路、869路、36路、253路、781路、隧道八线
销售热线：52286790、52286722
营业时间：9:00—21:00
(10月1日—10月3日上午9:00—下午5:00)



迎国庆
达润堂冬虫夏草特大优惠



夏日过后话保健

文 / 无言



今年夏天的酷热，已经是多年未见。40摄氏度以上的高温，持续了好多天。赤日炎炎，走在户外，就好像进了火海，热浪灼得你透不过气来。夏季体热散发困难，体温升高，大量出汗使水电解质代谢失调，胃肠功能减弱，可能还得不到充足的睡眠，使得能量消耗也相对增加，这就是夏耗。好在暑热已经离我们远去，回想起来，还是惊叹这天气是热得如此的出奇。

经过了整整一个夏天，人体的消耗是很大的。不信我们可以感觉一下。天气凉快了，倒反而觉得困乏了，这就是所谓的“春困秋乏”。进入秋季以后，气温冷暖适中，人体各种生理系统也相应发生变化，人体能量代谢基本稳定，肌体进入周期性的休整，夜间容易入睡，但清晨醒后仍会感到疲乏，这就是人们常说的秋乏，秋乏是盛夏季节带给人体超常消耗的反应。这个时候，适当饮用一些保健酒类，对肌体能量的恢复很有好处。

上海冠生园华佗酿酒有限公司是生产保健酒的老字号企业，产品用料上乘，货真价实。多年来潜心研制开发的“华佗牌”得劲酒，是国家卫生部批准的以多糖和黄酮类物质为主要功能成分的具有抗疲劳功效的保健食品。“华佗牌”得劲酒以山药、枸杞子、淫羊藿、黄芪、当归等上等药材为主要原料，原料中的多糖成分具有提高特异性细胞免疫和体液免疫的功能，增强免疫力。黄酮类物质具有改善机体代谢，降低机体自由基含量的作用。“华佗牌”得劲酒以纯粮酿造的优质白酒为酒基，酒香与药香完美融合，香气协调，口感宜人，浓而不烈，酒性平和，同时解决了一般保健酒口感差的问题。产品酒色金黄，清澄透明，包装精巧，携带方便。假如因疲劳所致的各种症状出现时，适量饮用“华佗牌”得劲酒，会感到非常适宜。除了直接饮用，还可以与雪碧、冰块等任意调配，更是别有一番醇美的滋味。

上海冠生园华佗公司在继承和弘扬祖国传统保健养生文化，为消费者健康提供保健系列产品的同时，还要提醒各位朋友：在您忙于事业的时候，更加应该关注自己的健康。在各种需要用酒的场合，要注意适量地饮酒。

厂方电话：021-62714051

科学选择灵芝 暨庆佳节灵芝特惠

1. 灵芝的有效成份有哪些？

灵芝含有多糖类、三萜类（百多种）、生物碱、甾醇类、酚类、有机锗、内酯、香豆精、甘露醇等化合物，以及人体必需氨基酸、微量元素等。一般认为灵芝中抗肿瘤成份主要是多糖和三萜。

2. 什么是灵芝孢子粉？

灵芝孢子粉是灵芝发育后期弹射释放出的种子，集中起来后呈粉末状，通称灵芝孢子粉，每个孢子长径只有5-8微米，孢子内含有比灵芝更丰富的多糖肽、腺嘌呤核苷、蛋白质、酶类、硒元素等特殊成分，灵芝孢子粉在功效方面远远超过其母体灵芝。

3. 灵芝孢子为什么要破壁？

灵芝孢子的双层外壳是几丁质孢壁非常坚硬，坚硬的内外壳紧紧包围着孢子内部的所有有效成分，这些有效成分主要是三萜及多糖类。不破壁的孢子粉人体吸收率很低，因此只有破壁的孢子粉才易于人体吸收，其灵芝有效成分含量也明显高于等量的不破壁孢子粉。

4. 如何检测所购买的孢子粉是否破壁呢？

有一个很简单的方法。只要用400倍以

上的显微镜就可以非常清晰地观测到其破壁效果：取少量的待鉴定的孢子粉放在玻璃镜片上，然后放在显微镜下观察，没有破壁的灵芝孢子粉从显微镜中可以清晰地看见灵芝孢子呈瓜子状。破壁后的孢子粉外壳明显被打碎，呈碎片状。

5. 什么是灵芝孢子油？

孢子油是破壁孢子粉的升级产品，孢子油是以破壁孢子粉做原料，将里面的有效成分灵芝三萜等，通过CO2超临界萃取出来，其灵芝三萜类化合物含量是一般孢子粉的十几到几十倍。灵芝三萜由灵芝酸、灵芝-22-烯酸、灵芝醇A-I、灵芝醛A、B、赤芝孢子内酯A、B等112种化合物组成，经过科学测试其功效更显著。

6. 如何选择适合自己的灵芝产品？

综上所述，破壁灵芝孢子粉与孢子油的有效成分含量高且利于人体的吸收。服用者可以根据自己的实际情况选择适合本人的灵芝类产品。

在2013年国庆佳节即将到来之际，中科上海特别推出了超值优惠活动。中科灵芝孢子油最低可至6折！中科灵芝孢子粉最低可至5折！另外，为了帮助广大消费者更加清楚地识别破壁灵芝孢子粉的破壁情况，中科上海健康服务中心为大众提供免费灵芝孢子破壁检验服务！

热线：021-34010789/ 64311772
地址：肇嘉浜路526号（近岳阳路）