

特稿

生活

文学

校园

## 秋日里的“金山味”



秋梨



冬枣



桃胶



蟠桃冻干

秋天是丰收的季节,各种营养丰富、味道鲜美的水果陆续上市。在金山,各式酸甜爽口的水果,让你感受果香四溢的秋季。

## 葡萄

施泉葡萄,大如乒乓、小似珍珠;圣泉葡萄,味甜质优……每年的全国葡萄比拼里,总会有金山葡萄获奖的身影。

金秋的葡萄,依旧晶莹剔透,品种繁多,晴王、巨峰、巨玫瑰、申华……总有一款甜进你心田。葡萄被誉为水果界的冬虫夏草,能降低人体血清胆固醇水平,降低血小板的凝聚力,对预防心脑血管病有一定作用。

## 火龙果

火红的外表,火红的果肉。即便是时至秋季,火龙果依旧火热。

火龙果中富含维生素C,有美白肌肤的效果。在吕巷水果公园绿田火龙果基地内,新一批火龙果在阳光的“滋润”下迅速成长,向广大吃货发出热情邀请。

## 秋梨

嘎嘣一口,脆甜爆汁,咬一口脆梨,怎一个爽字了得。

吕巷水果公园的脆梨已进入鲜甜季,尤其是位于太平村的特色蜜梨,果形好、皮脆爽口、甜度高,是不错的解渴利器。

## 冬枣

一入九月,冬枣采摘季便正式拉开序幕。秋食冬枣不仅可以补充营养,还能防病治病。

在吕巷水果公园的芳心园内,每一颗冬枣都不催熟、不染色,更是正儿八经的“树上熟”,吃着放心。

在去枣园的路上,还可以欣赏一番园内的旖旎风光。最后,体验采摘冬枣的乐趣,真是不亦乐乎。

## 桃胶

连绵的雨水,是桃树分泌桃胶的最佳养分。这些碰一碰有点软,摸上去有点黏的树胶,便是大自然馈赠给我们的最好礼物。桃胶是绿色天然食品,口感好吃还不发胖,被称之为“桃花泪”。因营养价值高,素有“平民燕窝”之美誉。

## 蟠桃蜜饯

每年五至六月,一部分小蟠桃就会从枝头提前梳理下地,经过严挑细选后送去“深造”,最终带着吕巷蟠桃的特色滋味,甜蜜归来。

作为吕巷水果公园的特色衍生品,小蟠桃蜜饯以其独特的口

感俘获了一大批吃货,延续着蟠桃盛宴的甜蜜故事。虽说加工成的蜜饯没有新鲜水果这般富含营养,但酸酸甜甜的蟠桃蜜饯依旧是干燥季节的绝佳调味剂。小小蜜饯,带大家回味盛夏的蟠桃鲜甜。

## 吕巷果啤

蟠桃的衍生品多姿多样。比如一款名为“醅妍”的吕巷水果啤酒,是采用皇母蟠桃酿造的一款小麦啤酒,口感清香,带来超凡脱俗的新鲜口感,让大家尽情享受冰镇果汁般的清爽。

## 蟠桃冻干

经过冻干技术加工而成的蟠桃脆,不仅具有蟠桃的鲜美、口感和营养,还可以作为小零食随身携带。听得见的酥脆,听得见的美味,最大化的还原蟠桃的鲜与甜,让夏天与蟠桃之间的邂逅,延续至今。

9月23日是“秋分”节气。这是二十四节气中的第十六个节气,也是秋季的第四个节气,于每年的公历9月22—24日交节。秋分,“分”即为“平分”、“半”的意思,除了指昼夜平分外,还有一层意思是平分了秋季。秋分日后,太阳光直射位置南移,北半球昼短夜长,昼夜温差加大,气温逐日下降。

俗话说,秋分吃秋菜。在农村,秋菜指的是一种野苋菜,不仅可以清热解毒,对蚊虫的叮咬也有一定的缓解作用,有时被作为药物使用。

在朱泾万安市场内,虽然野苋菜的价格偏贵,但因秋分时节到来,许多市民还是争相采购。正在挑菜的李女士表示,秋分需要吃些秋菜,她准备买些苋菜、芥菜回去,晚上做道炒苋菜,再包点荠菜猪肉水饺。如果馅料有剩余,还可以再烧个豆腐荠菜羹,味道也十分鲜美。李女士说,在她小时候,以前乡间路边随处可见这类野秋菜,一到秋分时节,用锹或铲就能割上一提篮。现在如果不是知根知底的本村人,基本很难找到野秋菜了。

除了吃秋菜的传统习俗,秋分时节还有许多有趣的习俗。比如,秋分这天,客家农民按习俗放假,每家都要吃汤圆,还要把不用包心的汤圆煮好,用细竹叉撑着置于田地边坎,名曰粘雀子嘴,免得雀子破坏庄稼。秋分时节,民间还挨家挨户送秋牛图。送秋牛其实就是把二开红纸或黄纸印上全年农历节气,还要印上农夫耕田图样,名曰“秋牛图”。送图者都是些民间善言唱者,主要说些关于秋耕、吉祥不违农时的话。言词虽随口而出,却句句有韵动听,俗称“说秋”,说秋人叫“秋官”。

此外,秋季受天气影响,人们往往会觉得精神低迷,容易打瞌睡,即我们说的“秋乏”。如果持续时间较长,很容易影响到脾胃功能。缓解秋乏的最好办法就是适当地进行体育锻炼,晚上尽量早睡,保证充足的睡眠。 记者 周艺 通讯员 殷洁如

## 秋分时节话习俗

## 金山户外亲子俱乐部国庆试运营

在山阳田园民宿街上,一幢明黄色的房子格外亮眼,这便是将于10月1日试运营的金山户外亲子俱乐部。

据了解,俱乐部内设有可以体验的攀岩墙,每一间房间均为复式房型。值得一提的是,每间房内设有扶梯,或是自动升降扶梯、或是木质扶梯、或是金属扶梯,能让游客体验到一种登高的感觉。

除了攀岩元素的民宿外,山阳田园还具有茶元素、vr元素、咖啡元素等8家不同主题的民宿。记者了解到,国庆假期的民宿预订量已经达到90%以上。

为完善园区疫情防控、交通安全等管理工作,10月1日起,山阳田园将实行封闭管理,原先8个出入口将调整至2个出入口。



正在建设中的攀岩墙

上海山阳旅游发展有限公司副经理华丽表示,游客入园要出示健康码、行程码和园区的预约码,并且要

测体温,工作人员还会叮嘱游客戴好口罩。

记者 吕瑶 倪晏清/文 王佩永/图

## 生活资讯

**交管** 目前,我区各属地派出所综合窗口新增11项交管业务,就近解决驾驶员期满换证、丢失补证等各种事项,打通便民服务“最后一公里”。据悉,涉及事项包括机动车驾驶证有效期满换证、机动车驾驶证达到规定年龄换证等9项驾驶证业务,以及核发机动车检验合格标志、补领机动车检验合格标志等2项机动车业务。

**出行** 近日,朱泾镇在朱泾工业园区开设定班值勤车,企业员工可免费乘坐,试运行为期3个

月。增设站点站名包括朱泾汽车站、仙乐路中发路站、中达路辰基食品园、鸿电路城环环保、鸿电路宏金设备等共15组站牌,全天双向21班次。据悉,此举旨在方便朱泾工业园区企业员工上下班,定班车通行时间为周一至周五,双休日不通行。

**展览** 近日,区文化馆线上艺术展览——第三场摄影作品展上线。此次展览分独家记忆、时代变化、奉献有我、继往开来四个板块,以党的建设、城市发展和美好

生活为主线,展出照片100幅,定格散落于金山区每一处的最美瞬间。有兴趣的市民可关注公众号“金山区文化馆”,点击“服务大厅—网上展厅”观看。

**演出** 由莫斯科儿童剧院玩偶音乐剧团带来的亲子幽默剧《国王的秘密》,将于9月25日下午13:30在漕泾镇社区文化活动中心上演,地址为富漕路239号。该剧在世界各地进行巡演,足迹遍布美国、德国、意大利等地,获得广大观众的喜爱。

## 缤纷花海迎客来

9月20日,2021花开海上第五届醉美格桑花文化旅游节拉开序幕。200亩近40万株的地肤花海,瞬间成为“网红打卡地”;而一旁五颜六色的格桑花,点缀着这片望不到边的碧绿绒球海洋,两者相映成趣。

作为花开海上生态园秋季花期的重头戏,地肤一直受到上海乃至长三角各地游客的追捧。无论是初生时的软萌碧绿,还是成熟后的热烈火红,都成为了诸多摄影爱好者和游客们相机中定格画面。而今年在芳香花园内新辟种植的地肤花海,将给人以全新的感官互动体验。游客可以徜徉在这片绿色的萌物中,或轻抚毛茸茸的地肤球,或与它们合影留念。

如果你已经被绿色晃了眼,那就踩着园区内的多人自行车来到另一边,花海内的格桑花同样进入了盛花期。

从2017年开始,每年的格桑花节都为秋日的花开海上增添了浪漫气息,而今年的格桑花同样绚丽夺目。此外,十多个品种的向日葵,以及醉蝶花、马鞭草等一系列各类花卉品种都进入了盛花期,在各个园中悄然绽放,描绘出一幅缤纷的画卷。

如果在花海观赏得还不够过瘾,没有关系,花开海上生态园还为游客们准备了一年一度的花艺市集。玩累了,可以和家人朋友们一起在草坪上进行花海野餐。更有秋千、钢琴、跷跷板、风车、月亮船等各类网红打卡点让你感觉坐上时光机,一秒穿越到童年。

在秋花盛开期间,游客还可以将在花开海上拍摄的美图或视频分享至抖音、小红书、大众点评等公众媒体平台,并@花开海上生态园,单篇点赞量超过1000,将获得一整年的免票福利。

