



厦门美味故事 特别策划

一口爆汁的柚子、黄澄澄的橘子、酸甜可口的橙子……每到秋冬季，鹭岛的水果店、商超及农贸市场里，以柚子、橙子、橘子为代表的柑橘类就轮番占据货架C位。

记者走访发现，一款适合榨汁的柚子——“葡萄柚”，以小巧玲珑、果汁丰盈等特点，一举成为今年水果界的“新网红”。业内人士介绍，眼下正是葡萄柚集中上市的阶段，价格亲民，口感上佳。

文/图 记者 吴佳

小食谱

柚子皮可炒菜 还能制茶做酱

柚子全身都是宝，除了剥皮吃果肉外，柚子皮还可以炒菜、制成蜂蜜柚子茶、柚子酱等。85度C、每天咖啡、益禾堂等茶饮品牌都推出了蜂蜜柚子茶，冷热皆宜。

“我老家在江西，辣炒柚子皮、柚子皮炒肉等都是经典菜。每到柚子成熟，少不了柚子皮的各种美味。”家住海沧的郑女士介绍。

柚子皮炒肉

取蜜柚皮(只留白色部分)切片，用清水浸泡10分钟沥干水分；再放入锅中用开水焯水5分钟捞出，挤干水分可以去除柚子皮的苦味。猪肉切丝，放入料酒、生抽、胡椒粉、淀粉等搅拌均匀腌制。锅中放少量食用油，放入肉丝翻炒均匀后放入葱丝、姜末、蒜末、料酒、生抽等翻炒均匀加入少量清水，把焯好水的柚子皮放进去炒熟加食盐调味即可。

# 柚 你真好

## 葡萄柚集中上市，价格亲民口感上佳

### 价格亲民 便宜的一个才3元钱

记者走访大润发、沃尔玛、国民水果、元初等零售终端发现，目前市场上销售的葡萄柚均产自漳州平和，黄皮白肉，价格在众多水果中较为亲民。在大润发(厦门店)，柑橘类上架品种有十余款，在该卖场的水果区占比最大，其中葡萄柚成热推款。店内平和葡萄柚按个售卖，每个5.9元。在沃尔玛超市，葡萄柚标价2.69元/500克，记者随机挑选两个称重

后，仅需6元左右。而在金尚小区的一家水果店，平和葡萄柚标价10元/3个。

在中埔水果批发市场从事水果销售及配送的林先生表示，葡萄柚10月上市，现在正好是销售高峰。“目前葡萄柚大量上市，价格已经进入下行通道。”林先生介绍，葡萄柚10月刚上市时批发价3元/500克左右，目前每500克已经降至1.5元-2元。

### 口感上佳 元旦前都是品尝好时节

漳州平和柚农张通种植了约700棵葡萄柚，据他介绍，前几年葡萄柚行情好，吸引了很多人种植葡萄柚，所以今年产量高，但是价格走低。“今年，葡萄柚刚采摘上市时的产地收购价，仅为去年最高时的一半，每500克只有2元多，之后还一路下行，目前仅在0.9元-1.1元之间。”张通说。

张通介绍，目前正是平和葡萄柚集

中上市阶段，市场供应量大增，并且成熟度高，口感也处于黄金期。从事水果销售及配送的林先生也表示，从口感上考虑，元旦之前都是吃柚子的好时节。

据了解，虽然葡萄柚的名字带有“葡萄”两字，但它和葡萄没有关系，而是柚子和橙子的杂交品种。因其果实成熟时，像葡萄一样一串串挂在树上，所以称为“葡萄柚”。

### 水分很足 甜度刚好适合榨汁饮用

“个人觉得葡萄柚比其他柚子好吃，水分真的很足，甜度也刚刚好。”正在元初超市采购的市民王女士表示，自己隔几天就买几个，葡萄柚个头不大，一个人一次吃一个没问题。

“每次剥皮都果汁迸溅。”市民吴女士也对葡萄柚的“一口爆汁”特点印象深刻。

多名业内人士介绍，葡萄柚与常见的柚子不同，葡萄柚皮更薄，个头也很小巧，单个果重基本在250克至500克，有点像大橘子，并且清甜多汁，所以直接剥皮容易爆汁，建议榨汁饮用。“有的商家会赠送一个手动榨汁器，把葡萄柚对半切开，取一半在榨汁器上旋转按压，就可以得到清甜的葡萄柚果汁。”张通说。

据介绍，挑选葡萄柚时，建议在手上掂掂，尽量选择那些上手比较沉、个头适中的葡萄柚。个头太大可能水分不足，个头太小可能酸度较高。



## 科普教育融入餐厅 让孩子们边吃边学

本报讯(记者 高金环 通讯员 刘启国)一边吃美食，一边学膳食营养知识，这样的趣味课堂你喜欢吗?今天，在市食安办的指导下，福建首家肯德基“食品安全和营养健康”科普教育主题餐厅正式落地厦门，并在宝龙一城的肯德基金山餐厅举行揭牌仪式。

在现场，参会嘉宾及食安小记者们一起参观食品安全与营养健康科普主题漫画墙、参与趣味亲子知识挑战、动手做汉堡等，体验食安妙趣之旅。

记者看到，这家餐厅每隔几步都会有食品安全和营养健康相关的趣味知识和标识。餐厅里面布置了一面食安营养科普主题漫画墙，墙上不仅有妙趣横生的“吃动平衡”“公勺公筷”等原创主题漫画，还有搭建膳食宝塔、拼装食品包装标识等趣味小游戏，丰富有趣的设计，把膳食营养知识变成孩子们能看得懂、摸得着的生动形式，有效提高他们的食安健康意识。

市食安办相关负责人表示，做好食品安全管理工作，需要全社会合力。肯德基主题餐厅的建设和运行，很好地结合企业自身特点，有助于提升行业食安理念。

## 8位听障员工上岗 “最安静”咖啡厅开业

本报讯(杨露 吴笛)星巴克福建首家手语店——厦门思明欢乐颂手语店昨日正式开业，这也是星巴克在中国内地的第12家手语门店。在这家“安静”的星巴克门店里，8位听障员工和7位伙伴并肩共事。

为了更好地实现听障员工与顾客之间的无障碍交流，门店设计了贴心的点单系统，顾客可通过多种辅助方式，实现无声点单：特别配备的语音识别助手，可将语音与文字进行转换，实现无障碍的双向沟通；双面点单屏幕，清晰呈现点单内容及客制化细节，出品台上方的大屏取单机也实时显示订单状态，让员工无须开口也能及时将饮品传递到顾客手中。除此以外，门店还配备多个手写板，降低食品柜台与吧台陈列，方便顾客与伙伴进一步交流。

“我们除了听，什么都可以。”该门店听障员工魏婷婷用手语这样表达。魏婷婷2004年毕业于厦门市特殊教育学校。在加入星巴克之前，魏婷婷担任过水果调茶师、调酒师助手，也很擅长制作西点。如今，她还熟练掌握手压、手冲等多项咖啡冲煮技能，迅速成长为星级咖啡师。

据悉，门店还定期推出手语课堂，通过社区联动，普及手语知识，让更多人了解和融入听障人群。

## 沪鹭两地共话 生态厕所建设

本报讯(记者 朱亚圣)今日是第十个世界厕所日，由上海市公共厕所协会承办、厦门市卫生间协会协办的“世界厕所日高峰论坛”上午在上海和厦门两地，以线上线下结合方式同步举行。

论坛上，上海市公共厕所协会、厦门市卫生间协会、中国创造学会、上海市化学建材协会等单位共同签订四方战略合作协议意向书，期待通过各方的携手，实现资源共享、优势互补，共同促进中国厕所产业上下游形成合力，吸引、集聚更多优秀企业推进厕所革命再上新台阶。

本次论坛主题为“推广绿色、生态厕所建设，推动提升适老、便民如厕服务水平”。论坛不仅促进同行业企业的信息交流与合作，还进一步凝聚共识，明晰厕所行业今后的发展方向。

# 厦门4个物联网项目上榜国家级名单

本报讯(记者 张诗)近日，工信部办公厅公布了2022年移动物联网应用典型案例征集活动入库案例名单，共确定了100个入库案例，其中厦门有4个项目上榜。

我市上榜项目分别为厦门纳龙健康科技股份有限公司在智慧医疗领域的远程心电图智能诊断及服务平台(心电一张网)应用；由厦门市通信管理局

推荐，厦门斯坦道科学仪器股份有限公司在智慧农业领域的基于5G数字化水产养殖智能管理系统；厦门云知芯智能科技有限公司在智能家居领域的面向智慧人居生活空间AIoT创新平台构建及应用；厦门移动在多网协同领域的厦门远海集装箱码头基于5G智能码头全业务场景应用。

据介绍，我市将根据工信部要

求，持续做好对入库案例的培育工作，推动建设主体加快项目实施落地应用，并督促项目分别于2023年4月底、10月底前在案例征集申报平台上填报项目进展。待建设周期结束后，工信部将结合案例应用实际成效，择优从案例库中评选确定技术方案可行、示范效应明显、创新成果突出的典型应用案例。