

| 特稿

| 生活

| 文史

| 校园

酷热八月 水果清凉驾到

本报讯（记者 朱磊 朱林 通讯员 徐欢）近期，我区无花果、水蜜桃和梨等水果陆续上市，让市民大饱口福。

无花果：个大味甜营养高

无花果具有较高药用价值，对消肿解毒、便秘、喉痛等都有很好的效果，受到不少市民喜爱。眼下正是无花果成熟上市的季节。

来到亭林镇上海迎亮果蔬种植专业合作社，浓郁的奶香味就扑面而来，一颗颗红紫色的无花果像灯笼一样垂在枝头间。通过品种改良，该基地种植的无花果不光个头、糖度好于往年，亩产量也达到2000斤。

无花果是一种渐次成熟的作物，采摘周期可以维持到11月份。与外地无花果不同的是，本地无花果都是挂果到8成熟才进行采摘，因此新鲜度和口感上要更优于外地品种。“我们的果子一般中秋节之前称为夏果，夏果比较大、口感糯，八月份是口感最好的时候。”上海迎亮果蔬种植专业合作社负责人杨卫东介绍道。目前，基



地礼盒装一盒18只，售价80元，散称在15元一斤左右。

梨：皮薄肉脆最解暑

亭林镇金门村有一处梨园，走进园内就能见到成片的梨树，每棵树上都结满了黄绿色的梨，工作人员正顶着烈日采摘装货。

据介绍，目前对外销售的有“早生新水”和“翠冠梨”两个品种。后期还会有圆黄、黄花梨等品种陆续成



熟。

“早生新水”果实扁圆形，果皮浅黄褐色。开始采收期为7月15至30日，为早熟梨。口感松脆，汁水饱满，甜度杠杠的。“翠冠梨”果实近圆形，黄绿色，又称“六月雪”。果皮细薄、肉脆汁多、味浓鲜嫩、汁丰味甜。最大的单果重可达500克。

水蜜桃：蜜甜汁丰满口香

走进朱泾镇大茫村的一个露天

桃园，桃香浓郁扑鼻，放眼望去，绿树掩映间，一个个红彤彤的水蜜桃挂满枝头。水蜜桃种植户张培根和搭档正忙着采摘、分拣装箱。

第一批水蜜桃已采摘上市。今年由于受连续的梅雨影响，预计产量在5400斤左右，只有去年的一半，但张培根自信地说：“虽然今年产量下降了，但我们家的水蜜桃质量始终不变。”

6年前，土生土长于大茫村的张培根从无锡回到家乡，开始试种起了阳山水蜜桃。这一品种被称为“果中皇后”，它细嫩、柔软、甜蜜、滋润，深受市民喜爱。

为防止虫蛀鸟啄，张培根会给每个果子套上果袋，不仅不会产生农药污染，还能让果子保持水分，充分地吸收营养。水蜜桃娇嫩，都是现采现摘，再经过人工筛选，小果、裂果、瑕疵果都不要，特别是阳光充足的地方，果实会变得越发鲜红，口感更甜。当一口咬下去，桃肉细腻、汁水丰盈，一股清甜涌上舌尖，满口留香。



乐队在沙滩夜市表演 记者 庄毅 摄

位，从今年开始把景区的营业时间调整到晚上9:30，这样的话能让游客在晚间的时候感受另一番金山城市沙

滩的风情。我们首届金山城市沙滩沙滩夜市持续到9月20日。”金山城市沙滩值班经理崔晓松介绍说。

海景星空搭配美食

金山首届沙滩夜市开放

本报讯（记者 杨嘉婕 刘祚伟）7月25日晚，金山城市沙滩首届沙滩夜市温馨开放，现场有美食有海景还有星空，浪漫又温馨。

百米长的海边长廊灯光闪耀，十多个花车摊位排成一排，售卖各种美味小吃。这里聚集了火辣美食，还有冰淇淋、冰凉饮品和高颜值网红蛋糕等甜品让游客一享夏天的清凉滋味。

现场还专门设置了一个金山农民画摊位，售卖丰富多样的金山农民画文创产品，“安家”布包、金属扣皮质笔记本、面膜、拖鞋、钥匙扣等，充

满巧思。最值得一提的是啤酒摊位，今年金山城市沙滩也是首次对外出售酒精性饮料，一大口啤酒下肚，沁人心脾的爽就蔓延开来。

现场还有乐队驻唱，悠悠的民谣增添了一种慵懒和浪漫的气息。过道上造型可爱的小丑和小朋友们打卡拍照，也有小情侣们打闹嬉戏。坐在摊位边的桌椅上可以看到月光下微微泛起波浪的海面，和帆船上的点点灯光，别具一番风味。

“我们今年在金山城市沙滩开设沙滩夜市，精心布置了11辆花车摊

赏奇异南瓜、品尝南瓜宴……

山阳田园南瓜派对启动



形态各异的南瓜

本报讯 近日，山阳田园的南瓜派对已正式启动。市民可前往观赏黄瓜型、葫芦型、香梨型和灯泡型等形态各异的南瓜。

据了解，山阳田园这些奇异南瓜是从上海农科院引进的新型杂交品种，共26个品种，大部分品种兼具食用和观赏功能。在山阳田园内，部分南瓜上绘画美丽的图案，制成独一无二的艺术品，保质期可达半年之久且不易破碎，可放心摆放，但不宜碰水。山阳田园还有以奇异南瓜为造型的南瓜厕所，被评为“上海最美公厕”。

除了观赏，还能玩耍。山阳田园以南瓜为主题举办了田园趣味运动会，开展多米诺南瓜骨牌、南瓜抱等活动，在开发孩子智力的同时，还能强身健体，培养团队合作意识。

此外，还有田园大灶南瓜宴，市民也可自己动手DIY南瓜饼，以及体验制作南瓜灯的乐趣。据悉，以上活动均可体验，二十人成团，需要提前预约。想要入园的市民可以提前在家完成随申办的登录认证和场馆预约，入园前出示随申码、预约码和身份证，随后至指定地点购票入场。

美食大搜罗

三伏天吃羊肉、喝羊汤已成为金山人的习惯。羊肉具有补虚祛寒、温补气血、益肾补衰、开胃健身、助元益精之功效。暑天，人体能量消耗比较多，用羊肉补充能量，是很合适的。

凌晨两点，当人们还沉浸在梦乡中时，位于松隐地区的阿君羊肉店已开始为新一天的生意做准备。

据悉，该店所有的羊都取自金山本地。羊肉洗净冷水下锅，煮至沸腾，撇去浮沫炖煮两个小时。肉在锅里翻腾，初始的羊膻味在火与水的作用下，变成了盖不住的肉香味，在空气中弥漫。天没亮，羊肉还没好，就有食客赶来静静等待。随着天慢慢亮起来，露天的桌子上人慢慢多起来。过了早市喝羊汤的热闹劲儿，店里橱窗中开始忙碌起来，陆续有食客打包热气羊肉、羊杂。这家开了18年的小店，通过新鲜的食材、精准的火候，将羊肉的鲜香发挥到极致。

松隐地区还有很多家羊肉店，每天早上锅中冒出的白烟吸引着市民起早尝鲜。



天气

周末高温来袭
最高35℃暑热逼人

本周末都是晴热天气，最高气温维持在35℃，直冲高温线。下月初，云系略有增多，有阵雨打扰，气温将有所下降，最高气温在32℃左右，暑热略缓解。 记者 陆辰丽

3·15 消费的参谋 维权的后盾

空调的正确“打开方式”

空调成为大家的夏日“救星”，有人认为空调就要整晚开，只要关了温度立马上来；有人认为偶尔关一次不光省电，还能让空调也休息。

那就一起来看看空调的正确“打开方式”吧！

空调是怎么制冷的

空调就是热量的搬运工。空调凉爽的风不是凭空出现的，空调制冷的时候，其实就是把周围的热量搬到室外去，所以空调外机特别热。

空调搬运的热量主要分为两种：

室内物体发出的热量。如你身上的热气、还有电器发热的热量等。外界进入室内的热量。如偷偷从门缝溜进来的热空气。所以，人越多的话，空调要搬运的热量就越多，肯定就更费电。所以“开空调一个人开也是开，几个人开也是开”这句话是不对的。人越多，越费电。

长时间开空调是否合理

以变频空调为例：当室内温度达到空调机预设的

温度时，压缩机就会自动停止工作；当室内温度有所抬升，超过设定的数值时，压缩机才会再次启动。而反复开启空调肯定会对压缩机有影响，因此，从这一点上来说，一直开着空调对压缩机的使用寿命有好处。

如果白天家中无人，晚上下班后到家开启空调，可以到第二天早晨五六点钟，然后再关闭。如果家中一直有人，建议在中午时开启空调，到后半夜的凌晨2点钟左右即可关闭，然后开窗通风。因为此时外面温度已经降低，自然风更凉爽舒适。

如果只是短暂外出（不超过一个小时），关闭空调后，外面的热气又会偷偷溜进来，再开空调，压缩机要重新启动，还要把屋里的热量转移出去，会更耗电。所以出去买菜，遛遛狗，取个快递啥的，就不用关空调啦！

制冷模式or除湿模式

入伏了，天气闷热又潮湿，很多

人都会选择“除湿模式”，那么除湿和制冷到底区别在哪儿呢？

制冷：空调的制冷功能，是指在模式状态下，空调的压缩机与吹风机持续运行工作，在室内温度达到预设低温时才会停机。

除湿：空调的除湿功能，是指在模式状态下，空调的吹风机一直保持低速运行状态，而压缩机则是间歇性工作运行，以保持室温接近于预定的温度水平。

看到这大家就知道了，空调机在制冷状态下比较耗电，而在除湿状态下是比较省电的。

不过有一点要提醒大家，除湿模式虽然很省电，但它在相对较高的温度下却难以达到制冷的效果。而且除非是梅雨季环境，否则长时间处于除湿模式会造成压缩机使用寿命的减损。

投诉地址：石化蒙山路1109弄8号3楼（东）
投诉电话：57935522