

挖掘文化消费内涵 演绎别样小城故事

进入7月，预示着港城每年最重要的夏季消费季正式拉开帷幕。港城消费市场如何保持稳定增长呢？业内人士表示，关键是要提供更加优质的消费供给，让多元消费文化在港城建立起来。其中最需要激活的就是文化消费市场。



□周莹 连发

开发历史消费场景 激活城市文脉

谈起激活消费市场，当前最热门的名词就是赋能。这种赋能不仅是指对传统的物流、服务等消费行业的数字化改造，还指深度挖掘城市文化内涵，带动文化消费上规模、上水平。

连云港是一座古老而现代的城市。作为江苏省历史文化名城、海上丝绸之路申遗城市，连云港有2200多年建城史。藤花落遗址更是中国龙山文化城址之一。然而因为各种因素的制约，连云港历史文化消费场所的挖掘存在不足。相关的古镇、老街、古迹存在保护不足、开发不足、创意不足等现象。

夏日的南城古镇蝉鸣声起，古老的城墙、斑驳的青苔，让人们好像看到了昔日海防古镇的风采。走进古街，大多数的房子大门紧闭，偶有打开的院门可以看到深邃的院落。走进其中，精美的徽派建筑独有的照壁让人惊叹。院落中的主人早已搬离此处，院中只有野猫几只，还有墙头攀爬的凌霄花。

作为连云港城区不可多得的明清古镇，南城古镇曾经一度传出古镇开发的消息。然而因各种因素的制约，南城古镇开发搁置。

其实，在连云港，同南城古镇一样具备开发潜质的古镇并不少。在板浦古镇，如果不是刻意寻找，人们很难知道在这样的古镇中还藏着《镜花缘》作者的纪念馆。在这座纪念馆的不远处就是著名的汪家大院。当地政府虽然对这座大院的外观进行了整修，但是内部的建筑因为年久失修，略显岁月感，更不要说感受汪氏家族昔日显赫的家族历史。

走进海州古城，这样的感受更加强烈。早年的仿古建筑已经斑驳，新建的仿古建筑因为缺乏历史的根基显得有些格格不入。只有双龙井小院还能看到昔日古城的风采。

当前，我市虽然也启动了一些历史文化消费场景的开发，但是成功案例不多。民主路、连云港老街都因为创新不足而出现了客流不足等问题。

“文化消费场景开发最重要的就是做好历史场景的复原和消费场景的创新。”在采访中，业内人士表示，历史消费场景的复原是第一步，只有将历史复原好了，将历史文化消费场景的故事讲好了，才能激活城市文化脉络，让人们在这样的消费场景充满期待，其次是要推进创新，简单地用市场思维开发旅游场景。

修好房子 也需讲好故事

走进民主路，如果不是仿古的街区造型，人们很难想象这里曾经是苏北的“小上海”。作为一座主打历史文化的消费街区，这里历史味道严重不足。走进街区，古老的建筑很多，然而因为缺乏起码的指示牌，因此人们几乎很难“阅读”这座古街的文化。

“本来以为到这里可以看到一部连云港的民国史，然而走进一看，除了房子啥也没有！”盐城游客王悦遗憾地说，甚至连当地老字号也没有几家，很难想象这里竟然是连云港主打的历史

文化街区。

失去历史外衣的民主路，同其他的步行街并没有什么不同。“因为停车难、店铺经营不善等因素，让港城本地人、外地游客对这里期待不足。”在民主路采访时，很多店家都表示，因为在早年的改造中，存在下水、建筑维修改造等短板问题，新入驻的店铺改造成本偏高。

随着人们生活水平的提高，文化消费正在成为区域消费热点。为了迎合这样的消费，很多城市都不遗余力开发新的文化消费场景。南京的老门东兴起就是近年来城市挖掘文化内涵、激活文化消费的一个例证。作为南京历史文化脉络上重要的地方，老门东2013年正式对外开放，再现了南京老城传统民居的面貌。重新改造的老门东，不仅把历史上商贾云集的繁荣景象体现了出来，而且还在开发的过程中，引进了诸多好玩、小吃店，汇聚了金陵众多名小吃，美食成为古街最重要的吸引人气因素，带动老门东快速崛起为南京新的文化消费场景。

“连云港现有的文化团体比较少，这些团体也缺乏对文化消费场景的文化作品挖掘，这就导致了历史文化消费场景和文化消费脱节，从而影响了历史文化消费场景的客流量。”在采访中，业内人士表示，连云港民主路、连云港老街开发都花

费了大量资金，但是因为缺乏文化内涵挖掘，导致了街区复兴完成了，但是文化内涵挖掘不够，很难形成消费热点。

在苏州，为了激活网师园的文化消费，苏州组织了夜游网师园活动，大量的昆曲剧团在网师园夜游中提供优质文化消费场景，带动了网师园的人气。平江路晚间的苏州评弹表演是前往苏州旅游的游客不可错过的演出。南京为了激活老门东的人气，每年都将一些艺术活动安排在老门东，带动老门东文化氛围营造。连云港民主路、连云港老街也应该深度挖掘相关文化创意，让老街文化味道更足。

做好历史消费场景 还需创新机制

目前，我市文化历史消费场景开发大多数是由市级平台操作。这种平台可以整合相关的资源，推动相关场景尽快完成改造。然而记者在采访中发现，因为一些机制约束，国有平台的绩效考核存在同市场需求脱节等现象。

在市场背景下，新晋的历史街区要求先“放水养鱼”。在这种模式下，需要街区管理者先让利于商家，让商家逐步成长后再追求收益。这种让利需要根据街区人气和消费力进行评估。在国有平台重收益的绩效考核模式下，这种让利市场的时间空间较少。这也带来了港城一些街区宁可商铺空着，也不愿意招揽低租金商铺进场。

为此，港城经济专家表示，面对历史文化消费场景的挖掘，各县区应该创新国有平台运营模式，积极引入第三方机构或者策划公司帮助街区进行消费模式开发，最大限度提高历史文化消费场景经济效益。

当前，我市正在积极推进藤花落遗址、南城古镇开发，我市相关部门不妨到南京、无锡、苏州、扬州等地考察当地历史文化消费场景开发经验，学习他们协调当地居民和街区、古镇开发难题破解方法，尽快推进南城古镇、藤花落遗址等文化消费场景开发，让连云港城市消费多一些文化消费场景。

夏季解暑 哪些饮料孩子不能喝



□李建

天气逐渐炎热，补水解暑成了大家关心的话题。很多家长想着给孩子喝点解暑饮料。但是，因为饮用不当，导致孩子身体不适的情况也不少见。夏季补水解暑，应该注意什么？

科信食品与健康信息交流中心科技传播部主任、副研究员阮光锋认为，其实，既健康又能达到解暑功效的“饮料”是白开水。人体每天应摄入6到8杯白开水，白开水不含糖分和热量，可直接被人体吸收，是夏天最好的“饮料”。

夏季解暑，给孩子喝的饮料更需要特别注意健康问题。国外研究机构曾发布《幼儿健康饮食共识指南》，对常见的9种液体饮料，包括水、100%果汁、原味巴氏杀菌奶、豆奶、糖饮料等进行了分析，并给出了专业的指导建议。

这份指南认为，最适合孩子喝的液体饮料是母乳、婴幼儿配方奶，原味巴氏杀菌奶和水，并为不同年龄段的孩子做了相应推荐：

6个月以下婴儿：只喝母乳或配方奶即可，不需要添加任何的液体饮料，包括水。

6至12个月的孩子：在添加辅食后，可以喝一点水（每天大约118.3至236.6毫升），不要喝其他液体饮料。

12至24个月的孩子：推荐喝全脂牛奶和白开水。在不能

吃到新鲜水果的情况下，每天可以适当喝100%纯果汁，但最好不要超过118.3毫升。

2岁至5岁的孩子：首选白开水、低脂/脱脂牛奶，其次是少量的100%纯果汁。

5岁以上的孩子也基本如此。《中国居民膳食指南》建议平时尽量喝白开水，每天喝5至7杯（1000至1700毫升）。市面上供给幼儿使用的饮料多种多样，除了上述推荐喝的液体饮料，阮光锋提醒，以下3种类型的饮料最好不要给孩子喝。

一是含糖饮料。只要是配料表里有糖的饮料，包括果汁饮料、运动饮料、甜咖啡、含糖茶饮料、苏打水、碳酸饮料、奶茶等，都应该尽量少给孩子喝。

摄入过多糖分，不仅不利于孩子养成良好的饮食习惯，还会危害孩子的健康。除了容易导致蛀牙，过度摄入糖分，最终会转化成脂肪堆积起来，让孩子更容易长胖，长此以往更容易患上糖尿病、血脂异常等疾病。

二是含咖啡因饮料。咖啡、茶、软汽水（如可乐）和能量饮料都含有咖啡因。咖啡因是一种兴奋剂，会危害未成年人健康。美国儿科学会建议儿童和青少年不要喝咖啡。因此，家长应该帮助孩子控制包括咖啡、茶及其他含咖啡因饮料的摄入量。

三是含酒精饮料。酒精对孩子百害无一利，无论什么原因，都要让孩子远离酒精。

《2022中国烧烤行业消费发展报告》发布

烧烤品类线上订单量 走势强劲



□孙燕明

6月29日，中国饭店协会与美团联合发布《2022中国烧烤行业消费发展报告》（以下简称《报告》）显示，烧烤品类线上订单量走势强劲，消费场景越来越多元化。今年上半年，收餐目的地为露营点的烧烤外卖订单量增速达到62.7%。在烧烤品类中，含“露营”关键词的菜品供给量同比增速达到177.7%。

《报告》显示，2021年，全国烧烤门店增至46万家，总线上消费同比增长48.3%，外卖消费同比增长35.7%，到店线上消费同比增长73.6%。从消费角度看，烧烤人均消费频次、消费支出等均不断提高。从商户角度看，烧烤正在向连锁化、品牌化、多元化、供应链标准化和地摊化发展。

“北串南下”已经成为烧烤行业发展新趋势，烧烤门店的地域分布正在从南北不均转变为并驾齐驱发展。2021年，烧烤线上门店数排名中，位居前10名的城市分别为重庆、成都、北京、深圳、长春、沈阳、上海、武汉、广州、哈尔滨。而在订单量增速排名中，位居前10名的城市分别为芜湖、温州、乌鲁木齐、武汉、南昌、佛山、福州、广州、泉州、上海，增速在55.68%至90.33%之间。其中，有9个是南方城市。

2019至2021年，烧烤人均消费区间分布及占比变化中，烧烤到店人均主流消费区间在61至90元之间，主要订单量占比的价格带从30至90元向91至120元迁移。2021年，91至120元价格带占比同比增速达到3.6%，位居各价格带之首。《报告》显示，不少烧烤商户根据消费人群的变化开拓新方向。以前，烧烤大多是一群人的聚餐选项，但随着白领阶层成为烧烤的消费主力，“单人套餐”逐渐出现在烧烤门店的菜单中。数据显示，2021年，24至40岁消费者占烧烤消费总人数的69.5%。今年上半年，烧烤品类中，与“单人餐”“商务套餐”等关键词相关的菜品同比增速达到136.1%。

中国饭店协会烧烤专业委员会理事长董经在接受《中国消费者报》记者采访时表示，目前，烧烤行业面临疫情影响、增长乏力等经营难题。随着我国数字经济的发展，更多的商户能够通过线上平台连接消费者的需求，从而提升数字化经营水平，增强其抗风险能力。烧烤作为中国餐饮业的鲜活样本，展现了实体经济的韧性与活力。

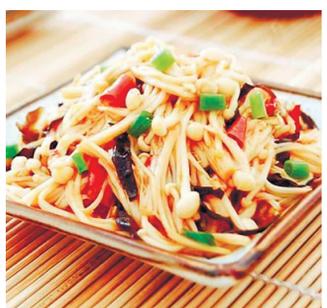
本版图片为资料图片

天热就做凉拌菜吧

□徐黎一

进入夏季，天气炎热，下厨房成了不少人的烦心事。一方面，酷暑天气，人们本身就没什么胃口，需要花点心思调动一下味蕾；另一方面，这个天气下班后再下厨炒菜，怎一个热字了得。所以，我们今天要一起研究研究适合这个季节的开胃菜。当然，还得是尽量少开火制作的那种。

如何避免中午下班回家后再下厨，办法有2个（点外卖除外）。办法一：早上提前做好，中午微波炉加热即可。办法二：开动脑筋，学做各种凉拌菜。事实上，不怎么研究美食的人家，夏天的凉拌菜多选择凉拌黄瓜、醋溜海带或者糖拌西红柿，用材也多为黄瓜、西红柿、茄子之类的当季蔬菜，搭配木耳、黄花菜等。



如果能调出一款好吃的料汁，那么你会发现世界豁然开朗，万物皆可凉拌。例如各类小海鲜，在传统的凉拌菜里加入各种面食，或者以面食为主再搭配

自己喜欢的海鲜、蔬菜，成为一道如东北大乱炖这样的主食。这样一来，不仅解决了没有胃口的问题，还能节约不少时间。

当然，在一些以美食、社交为主打的平台上，很多人都在分享各种凉拌菜。有些美食不知道味道如何，但看着就养眼，让人忍不住跟着做起来。最近，笔者就跟着做了一道拌养麦冷面。做这个冷面需要准备的是：一盆凉水、些许黄瓜丝、生菜丝、熟牛肉切片、水煮鸡蛋（几个人吃就煮几个）。调料则需要准备香油、拌饭酱、辣椒酱、芝麻等。做法也很简单，水烧开后煮面，一般水开后30秒到50秒即可将面捞出，倒入凉盆里等完全浸凉后，沥水装盘。接着，在面上摆出黄瓜丝、生菜丝以及牛肉、鸡蛋，再倒入香油、辣椒酱、芝麻等，拌匀后即可享用美食。

炎热的夏天，除了拌菜，提前准备好

杂粮饭（团）也是省事的好办法。需要提前准备好大米、燕麦米、小米、糙米、黑米、红米、紫米等各式杂粮；选择不同的食材进行合理搭配，建议选择至少3种；杂粮类如黑米、燕麦米要提前浸泡4至6小时，豆类浸泡一个晚上，然后放入电饭锅煮熟即可；我们也可以加入南瓜、红豆、紫薯等，煮好几种杂粮饭后，放凉备用；接下来，就是将杂粮饭捏成拳头大小的饭团，用保鲜膜包起来，放冰箱冷冻（可保存1周），每次吃的时候拿出来直接微波炉加热即可。这里需要提醒的是，煮饭时水的比例要适当。水加多了，米饭湿哒哒，水加少了，又会口感生硬，所以我们一定要多多尝试，根据自己的需要，调整好合适的比例。事实上，五谷杂粮饭，口感丰富，营养丰富，真的值得试一试。