

炎夏不可缺少的老字号消暑佳品——

酸梅汤

文|图 孙文静

炎炎夏日里,一杯冰镇酸梅汤下肚,酸甜爽口,消暑解气,回味无穷。不少人为了图方便买的都是现成的酸梅汤。这些酸梅汤大多都是用酸梅粉或酸梅精制作的,喝起来更像是带酸的糖水,不但没有自己熬的味浓,还加了一些添加剂。倒不如尝试自己熬制酸梅汤,一起寻找儿时记忆中的味道。



酸梅汤又称“乌梅汤”,最主要的制作原料自然就是乌梅。《本草纲目》上记载“梅实采半黄者,以烟熏之为乌梅”,可见酸梅汤有着悠久的历史,是中国民间传统的清凉饮料。酸梅汤的“标配”是乌梅、陈皮、山楂这三样。乌梅生津止渴,陈皮理气健脾,山楂健脾消食开胃,熬制时加些冰糖。

今天咱们自制的酸梅汤多几种原料,包括洛神花、甘草、薄荷和桑葚等,让味道更加浓郁可口。洛神花可以帮助改善睡眠、解郁安神,属温性。薄荷是一种非常清凉的食物,能够润喉、醒神,喝了自然清凉解渴,神清气爽。甘草和冰糖的甜味与乌梅、山楂的酸味配合在一起,中医上的说法叫做“酸甘化阴”,有生津止渴的功效。

从中医来看,乌梅不仅可以作为一种夏季的饮料,本身也有药效。一是可以治疗肠炎、腹泻等疾病。夏天容易拉肚子的人喝乌梅汤可以预防肠炎,也可以治疗慢性腹泻;二是乌梅有抗过敏的作用。用乌梅煎汤放冰糖可以帮助调理过敏体质,对湿疹、过敏性鼻炎、皮肤瘙痒等人群的效果很好。

从营养成分上来说,酸梅汤中的有机酸含量非常丰富,如柠檬酸、苹果酸等。其中,有一种特殊的枸橼酸,它能有效地抑制乳酸,并驱除



[做法]

- 1.准备好乌梅、山楂、洛神花、陈皮、甘草、桑葚、桂花、薄荷、冰糖。
- 2.把乌梅、山楂和洛神花用水反复冲洗几次,然后泡软。
- 3.将全部材料装入纱布包,放入锅中,加入足量的水。
- 4.大火烧开,转小火煮40分钟,放入冰糖再煮10分钟即可。
- 5.沥掉渣,倒出酸梅汤,晾凉就可以喝了,冷藏后口感更佳。

分类天地

服务热线:65917777

招聘

■**招骨伤、五官、皮肤、中医、针灸、内儿、推拿、B超、护理、预防医学、文员、电子商务、编辑**(懂宣传者优先)等医务及工作人员若干名。联系电话:15888228788。

出租

■**陶山镇农业银行旁10间店面出租:**面积约1000m²,联系电话:13736922600。
■**安阳周湖村建材市场店面出租:**原江南火锅城,面积约4000m²,共4层,地址:瑞祥大道(周湖加油站斜对面)960号,有意者请联系:15988750770 项先生,15857766789。
■**湖岭食品厂出租:**400m²,已装修,联系电话:13757767757、13968981819。
■**罗凤北工业区厂房出租:**7亩,建筑面积9000m²,水电全,联系电话:13515873965。

转让

■**市区精品幼儿园转让或寻找合作伙伴:**联系电话:13967795690 陈老师。

学海

■**春华教育常年招生**
开展财会培训、设计培训、学历进修、电商培训等。
电话:66882211
地址:瑞安市安阳开泰大厦B幢1-2楼

出售

■**空调工厂直销:**大1.5匹冷暖机器1499元,联系电话:18267767246。
■**平阳万全家具园厂房出售:**18亩,建筑面积19100平方米,联系电话:18858828828。

婚介

■**瑞安心缘婚介所:**地址:虹桥南路小东门街74号,联系电话:13075753021。

厂家直销

■**厂家直销:**不锈钢瓦、不锈钢水沟、不锈钢C型钢,联系电话:13806842888。

疏通补漏

■**清理管道、化粪池、疏通马桶、空调维修、拆、装、**电话:82507177。
■**清理管道、化粪池、疏通马桶、空调维修、拆、装、**电话:13566143119。
■**疏通马桶、下水道、**高压清洗各种管道,清理化粪池,维修水电,防水工程补漏,15967711224。
■**清理化粪池、**通下水道、马桶、各种管道,价格低,15869696136。
■**高压车清洗管道、**阴沟,通马桶、下水道,空调拆装、修、加液,82395069。
■**专业疏通马桶、**阴沟,专业抽粪,空调拆装、维修、加液,搬家,18958950006。
■**专车疏通马桶、**下车道、清理化粪池,高压疏通市政管道,81511289。
■**专车抽粪、疏通马桶、**下水道、高压清洗阴沟,80289800。
■**疏通管道:**专业疏通管道、专车抽粪、专车高压清洗阴沟,钻孔,搬家,钟点工,82385949。

■**疏通补漏:**高压疏通管道、抽粪,水电安装、维修,跑腿,搬家,18868269118。
■**高压清洗、**疏通各种管道、阴沟,拆装修空调、加液,电话:83685679。
■**专业钻孔、**疏通马桶、下水道,清理化粪池,空调维修、加液等,13868820079。
■**专车抽粪、**疏通马桶、阴沟、下水道,空调拆装、装、修,钻孔,搬家,18868264188。
■**专车疏通马桶、**下水道,清理化粪池,高压疏通大小阴沟,钻孔,搬家,18058884150。
■**专车清理化粪池、**高压清洗、疏通阴沟,拆、装空调、加液等,82981715。
■**高压清洗管道、**清理化粪池,空调拆装修、加液,水电维修,83553151。
■**专业马桶疏通、**专业抽粪、高压清洗疏通阴沟,空调拆、装、修,家电维修,搬家、钟点工等,13967736316。
■**专车清理化粪池、**疏通马桶、下水道、阴沟等,81908359。
■**专车清理化粪池、**疏通马桶、下水道、阴沟等,65680798。
■**专车清理化粪池、**高压清洗、疏通阴沟,拆、装空调、加液等,81788842。
■**专车清理化粪池、**高压清洗疏通管道,疏通马桶,下水道,维修水电,防水补漏,18157723800。
■**疏通马桶、**下水道,高压清洗各种管道,清理化粪池,维修水电,防水工程补漏,15990785485。
■**高压疏通、**清理管道、化粪池,疏通马桶,联系电话:82669921。

开锁

■**阿权开锁:**配汽车钥匙、开换锁、开保险柜,锁具批发,正规锁匠、公安备案,联系电话:65021669。

家政服务

■**亿家家政:**专业搬家、搬厂房,空调拆装、回收,电话:13221139972。
■**专家家政中心:**精修空调、水电,疏通管道,清理化粪池,搬家,跑腿,钻孔,15356267199。
■**百姓家政:**专业疏通马桶、阴沟,专业抽粪,空调拆装、维修、加液,专业搬家,钟点工,空调旧机回收等,66615820。
■**瑞安家政:**专业搬家、管道疏通、专车清理化粪池、市政管道疏通,空调拆、装、修、加液,钟点工,4008000160。
■**家缘家政:**专业搬家、搬运、拆迁,货运车出租,空调拆装,维修水电,疏通管道,清理化粪池,82300793。
■**三通家政:**专业疏通、清理化粪池,高压清洗阴沟,精修空调、水电,搬家、跑腿、钻孔,65621915。

搬家

■**搬家、**拆装家具、空调移机、钢琴搬运、专业物品搬运、公司搬迁、长短途运输,提供各种包装材料,15382543121。
■**居民搬家、**办公室搬家、长途搬家,设备搬迁/搬运,短途拉货/搬家、钢琴搬运,家具拆装、空调移机/拆装,400-800-0057。
■**专业搬家公司:**居民、企事业单位搬家,长短途搬家,货运车出租,空调拆装,15306774039。
■**专业搬家:**公司搬家、居民搬家、事业单位搬家,长短途搬运,货运车出租,空调拆装等,13362769032。
■**瑞安百姓搬家公司:**居民搬家,长短途搬家、搬运,货运出租,空调拆装等,13967736316。

家电维修

■**空调维修、**加液、拆装、清洗,回收旧空调,二手空调出售,水电维修,83536593。
■**专业空调及国内外制冷设备、**维修、安装、加液,二手空调回收,81806508。
■**专业空调维修、**拆装,加液,清洗,回收旧空调,二手空调出售,水电维修,13968936321。
■**空调维修、**加液,拆装,清洗,回收旧空调,二手空调出售,水电维修,82300793。
■**空调拆、**装、修、加液、回收,水电维修、安装,钻孔,搬家,钟点工等,83328208。
■**空调拆、**装、修、加液、清洗、旧机回收等,13353370880。
■**空调维修、**加液,钻孔,疏通马桶、下水道,专车抽粪等,13566153846。
■**瑞丰制冷:**空调故障专业维修、鉴定机构,联系电话:18267767246。
■**精修各种空调、**空调加液、拆装、回收,水电安装等,13396960026。
■**空调拆、**装、加液、钻孔,搬家,疏通马桶、阴沟,专业抽粪,13566153948。
■**家电维修、**空调拆、装、修、加液、钻孔,搬家,65680798。
■**空调拆、**装、修、加液、回收,安装水电,钻孔,搬家,钟点工,82388408。
■**新兴空调维修拆装、**加液清洗,回收旧机,二手机出售,13057787150。
■**空调拆装修、**加液,高压清理管道、清理化粪池,水电维修,15967740900。

遗失

遗失瑞安市俊酷鞋厂组织机构代码证正本一份,代码:08055894-3,声明作废。
遗失王学走残疾证一份,证号:33032519760831515014,声明作废。
遗失钟盛残疾证一份,证号:33032519750613034X43B,声明作废。
遗失胡致彬税务登记证副本一份,证号:33032819960920551731,声明作废。
遗失黄光妹残疾证一份,证号:33032519600728012X44,声明作废。

遗失瑞安市正全锁业有限公司开户许可证,核准号:J3339003586501,声明作废。
遗失瑞安市塘下凯蕾洁具厂2014年11月5日核准的营业执照正本一份,证号:330381606030370,声明作废。
遗失江余高的瑞安市玉海街道虹桥北路166号门牌证一份,证号:100012540,声明作废。
遗失利宝保险有限公司温州中心支公司交强险单,保单号:11733000025568,声明作废。

遗失余永国残疾证一份,证号:33032519620511041261,声明作废。
遗失曾修莲由瑞安市人民医院2016年1月25日结算的浙江省医疗机构住院收费收据一张,电脑号:1357989363,住院号:0829290,金额:29646.14元,声明作废。
遗失瑞安市高楼镇高楼社区阮山村由瑞安市城乡居民基本医疗保障工作管理委员会办公室开具的浙江省政府非税收入一般缴款书(收据),发票号码:1500931281,金额:120元,声明作废。

瑞安市金灿铜业有限公司解散公告

瑞安市金灿铜业有限公司股东会于2017年7月25日决议解散公司,并于同日成立了公司清算组。请公司债权人于本公告发布之日起45日内,向本公司清算组申报债权。(联系人:刘晓旭,联系电话:15858712821,地址:瑞安市塘下鲍田凰湾村莲花路6号)

瑞安市金灿铜业有限公司清算组
2017年8月5日

瑞安市润亨国际贸易有限公司解散公告

瑞安市润亨国际贸易有限公司股东会于2017年8月3日决议解散公司,并于同日成立了公司清算组。请公司债权人于本公告发布之日起45日内,向本公司清算组申报债权。(联系人:林晓霞,联系电话:13566188610,地址:瑞安市莘塍街道周田村富周东路290号)

瑞安市润亨国际贸易有限公司清算组
2017年8月5日