

果冻

好吃不能停

本报记者
潘鑫



蜂蜜是人类传统而古老的一种天然食用佳品。在我国，殷商时代就有了蜂蜜。早在2000多年以前，人们就将蜂蜜作药品和食品，并作为贵重礼品和贡品相馈赠。

如今，当蜂蜜的营养密码被现代医学破译后，它更成为大众追捧的养生保健食品。

为了让这个健康的食品使用起来更加便捷和时尚，不拘泥、爱创新的张家界一界农户推出了一款果冻蜂蜜。

卡通熊家族的文创设计极富趣味。爱健身的熊爸、吃货熊妈和呆萌小熊分别为柑橘花蜜、洋槐花蜜和荆条花蜜代言。

三种蜜的香味、口感和功效各有侧重。适宜儿童的荆条花蜜，香气和口味比较大众化，营养丰富；适合女性的洋槐花蜜，甜而不腻，排毒养颜；适合男性的柑橘花蜜，润肺清嗓，可改善睡眠。

除了高颜值、有营养，这款蜂蜜的实用性也为其加分不少。

打开一盒，里面是一颗一颗的果冻装，每颗果冻装有15g蜂蜜，相当于传统食用时一汤匙的量。据介绍，正常人每天只要食用一至两颗果冻就能够满足日常需求。

由于体积小，食用简便，果冻蜂蜜可以随身携带、随时享用。对于很多上班族来说，吃蜂蜜变得更加简单。

取一颗在手中，像吃果冻一样，撕开上面的塑料封盖，把香甜的蜂蜜挤入口中，幸福瞬间随着喉咙开始扩展到全身。如果遇到温度较低，蜂蜜产生结晶状，吃起来口感会更加丰富。用舌头将蜂蜜卷入口中，不必咀嚼，晶体自然会在口中温度下迅速溶解。

一界农户负责人史开军介绍，蜂蜜会晶体和可融化的特点正是区别真假蜂蜜的方法之一。

原来，蜂蜜中富含的是果糖和葡萄糖，这种结晶便是在较低温度下，葡萄糖从蜂蜜中析出被分离的一种物理现象。当温度升高，它会自然融化。



相见恨晚，张家界有款



植物黄金

本报记者 潘鑫

爱茶、喝茶、做茶的谢友旺与慈利县有缘。原本就打算做富硒茶的他，在慈利发现了黄金，于是，更加坚定。他口中的黄金，就是被称为植物黄金的杜仲。

张家界慈利县是杜仲之乡。在1952年以前，全国范围内只有慈利县生长着大片野生杜仲。这种中国特有的植物品种，皮可入药，叶和花可做茶，可以说浑身是宝。后来，江垭林场开始专业种植，杜仲开始流出湖南。

中医世家出生的他，深知杜仲的药用价值。通过努力，他们终于推动了杜仲药食同源在张家界的试点。

结合自己多年来的做茶技艺，弥补张家界没有黑茶的遗憾，谢友旺决定做自己的品牌茶坤缘杜仲黑茶。

对标云南的普洱和安化黑茶，杜仲黑茶在香气和口感上体现出自己独特的一面。淡淡的菌香闻起来特殊舒服，一口喝下是醇香的茶味，丝毫没有普通黑茶的酸味、霉味。

这一特点不仅是源自杜仲叶自身带着一种淡淡的清香，还与杜仲黑茶特殊的发酵工艺有关。与普洱

的冷发酵工艺和安化黑茶热发酵工艺不同，杜仲黑茶采取的是60至70的温度发酵，发酵快慢的把握也要求非常精准。此外，他还根据中医相关理论，通过一些同样可以药食同源的东西进行配茶。

水烧滚烫，取一汤匙黑茶叶用沸水浸泡片刻，洗茶。然后，等待水温稍凉至85左右，重新冲泡。水壶逆时针绕圈浇淋在茶叶上，黄褐色的透明茶汤就透过滤网，显露出来。茶汽蒸腾，香气四溢。小口品味，意蕴悠然。对于喜欢喝浓茶的人来说，煮好茶，用大杯喝可能更加过瘾。

几泡过后，叶片伸展开来。撕开一片，叶片里露出白色丝状物，他比喻道，这是杜仲里的胶原蛋白，也是它的筋骨。古代将杜仲做药用就是从这一白色筋骨发现而来。截止目前，杜仲也是世界公认唯一被剥掉皮还能够存活的植物。

目前，杜仲黑茶砖有两款，以嫩叶制成命名为初见，以老叶制成命名为晚遇。听起来，名字颇具古典范，与黑茶的醇厚相得益彰。那么，你是喜欢人生初见还是相见恨晚呢？



圆锥绣球：夏日的抹茶冰淇淋



【档案】圆锥绣球，是虎耳草科绣球属植物。原产在地中海，生于海拔360-2100米的山谷、山坡疏林下或山脊灌丛中，耐寒性很强。喜光，喜排水良好的土壤环境。锥形绣球分为石灰灯、夏日阳光和北极熊等，开花给人一种抹茶冰淇淋的夏日舒适。

【花期】花期7-8月。养护得当，可以从夏季开到初冬。

【花语】圆锥绣球寓意着希望、忠贞、永恒美满与团聚。受到这满花祝福而生的人，极

富忍耐力和包容力。绣球花圆形的花朵、美丽的姿态象征着与亲人之间斩不断的联系，无论分开多久，都会重新相聚在一起。

【养护】圆锥绣球喜肥，不论是盆栽或是地栽，均用全日照施肥。4至5月以氮肥为主，每15天随水施肥1次，保证营养生长；6至7月以磷钾肥为主，加强水肥管理，促进花序增大并延长花期；9月以后控制浇水施肥，以利于枝条安全越冬。春秋两季，可每隔2-3天浇一次水；夏季萌发新枝，生长旺盛，需每天浇足1至2次；冬季

需水量稍小，一般4-6天浇一次即可。想要圆锥绣球有不同颜色，需要在六月下旬到七月初进行一波修剪。如果是盆栽，修剪完后，需要换一个大一号的盆。地栽就不用管，等到八月的时候，开出的花就是迷人的粉和红。

本报记者 潘鑫
实习生 张浚芳 采访整理



教你怎么做
扫描二维码