

绿叶原生的粉条

新疆的苹果冻干、云南石屏豆腐、正
安的黄花菜、红河红米……近年来,来自
云南、新疆喀什、贵州遵义、西藏日喀则、
青海果洛等上海对口帮扶地区的特色产
品频频亮相。上海市民既能在超市、菜场
里的扶贫产品专柜里看到,也能在淘宝、
京东、拼多多、苏宁等电商平台上买到。
从为贫困地区捐款捐物,到购买来

自贫困地区的农产品,把旅游目的地选
择在贫困乡村……普通市民的爱心正通
过另一种方式传递到当地贫困户的手
中。在脱贫攻坚的冲刺阶段,越来越多
的人积极加入消费扶贫行列,通过消费
贫困地区的产品和服务,帮助贫困群众
增收致富,为贫困群众奉献一
份爱心。

图 IC

新民晚报
10
2020年
8月15日
星期六

购物扶贫 相辅相成 生态好物 吃出健康

买手

◆ 张钰芸

SAT

影音

流连

潮店

格调

悦动

味道



新民夜上海
越夜越精彩

八小时
之外,大好休
闲时光,兜兜
逛逛、看戏听
歌、运动健身、
血拼美食。引
领时尚,廓清
风气,更多精彩,
尽在新民
夜上海!

视觉设计: 戚黎明
本版编辑: 王蕾

申之魅

大山深
处,四处皆是绿
色,一片片茶园星
罗棋布于松林之
间,林中有茶、茶
中有树、林茶相间
的美景让人沉醉其
中。天蓝地绿,山清
水秀,远离喧嚣,堪
称“心灵的故乡、养
生的天堂”。

山林苍翠,云
雾朦胧,山间不断
传来阵阵鸡叫声。
循声望去,一栋栋
“鸡别墅”散落在山
坡,掩映在林间,却
看不到污水横流,
闻不到鸡粪异味。

这样的生态美
景就是云南、贵州
等地农产品的生长
环境。好山好水孕
育好产品,食品安
全和营养健康是现
代都市人选择农产
品最重要的标准。
贫困地区的产业链
也许还需要不断完
善,但当地无污染
的生态环境却是产
出优质农产品的最
佳保证。



礼奇腊肉



芙蓉江五爪鸡



“藏日”
青稞系列产品



喀什的核桃



“我走鲜”
高原精品蔬果

米面:种出自然香

西藏日喀则的“藏日”青稞系列产品,原料
产自海拔4000米以上世界青稞之乡——日喀
则江孜县。精选优质青稞,以青稞面粉与优质谷
朊粉为原料,精制制作而成,不添加食品添加
剂,3000小时年日照,生产出优质的青稞米,升
糖指数低,含β-葡聚糖,营养价值高。“藏日”
的青稞挂面和青稞粥米从2015年在上海销售,
以高出市场指导价20%的价格收购青稞,加
工成即食青稞片、青稞米、面系列产品,方便食用。

仙乡谷大米生长在贵州省播州石板镇池
坪村,所在的仙乡谷生态园四面环山,坝子在山
间自成一体,常年仙雾缭绕,明朝时期作为贡米
进献朝廷,仙乡谷因此得名。纯天然无污染的自然
环境,再加上稀缺的油砂土壤有机质含量高

达45.9g等自然条件,使池坪坝子成为大自然
赐予的绝佳生态水稻种植地。这样的高山坝子米一
年只产一季,营养物质沉淀完整,目前有蟹田大
米、生态大米、黑米、红米等供应上海市场。

苦荞、紫薯、绿豆、芭蕉芋等做成多彩粉条,
再加上淀粉和水,配料表干干净净,贵州绿叶原
生食品有限公司生产的粉条今年刚刚上市,是绿
色环境中生长出来的纯天然产品。整个粉条的生
产过程中不使用任何化学食品类添加剂和食品
防腐剂,按照品种不同而呈现出的紫色、绿色、黄
色等都是食物的天然颜色,通过将苦荞麦籽粒、
绿豆等粉粹后的全粉加入到淀粉中,然后用全自
动流水线生产设备精制而成,保留了天然食材应
有的成分和清香。

禽肉:吃出好风味

在山中吃着玉米、山芋和土豆长大的高
山猪,用它做成的腊肉肉质软糯,不干柴。来
自贵州的礼奇腊肉以放养在海拔1600多米
高山上的土猪为原料,选用层次分明的五花
肉,加上白酒、食盐、花椒、鸡精、白糖、香料
等调味料,用高山木柴和柏树枝来烟熏,有
着当地独特的柏树熏香味。

据说2斤鲜肉才能熏制1到1.3斤腊
肉,因为整个熏制过程需要5天,共2次烟
熏过程。这样做出来的腊肉肥而不腻、瘦而
不柴,特别是经过烧皮处理后,吃在嘴里肉
质软糯。为了方便消费者食用,除了整块腊
肉,现在还推出了切片的小包装,取出一包
后加入鲜笋或者蒜薹,立马就能下锅翻炒,
十分方便。

遵义新景农业有限公司养殖的芙蓉江
五爪鸡,生长在当地林下鸡养殖示范基地,

海拔1000多米,森林覆盖率90%以上。养殖
时间不少于5个月,出栏后统一收购,活鸡
“点对点”运输至上海指定屠宰场进行屠宰,
最终以冷鲜鸡的形态冷链直配上海各渠道
及市民家庭。

芙蓉江五爪鸡是一种珍贵稀有的鸡种,
单冠五爪,通体羽毛基本黄色,外形优美,营
养价值独特,氨基酸含量高、维生素含量高、
胆固醇含量低,肉嫩味鲜、清炖滋补、适合老
中青各龄人食用。不仅适合热炒、炖汤,而且
比较适合冷食凉拌。

青海果洛的“天城雪珍”牦牛肉,生长
在三江源头核心保护区域,甘德位于果洛腹
地,平均海拔在4200米以上,甘德县全域都
是“有机牧场”;牦牛逐冰山水而居,摄草药
而生,为藏民放牧为生,牦牛肉口感浓郁,营
养价值高。

零食:品出健康态

新疆喀什干旱少雨,光热充足,十分适宜特
色林果业发展,特别是叶城县的核桃质优、丰产、
壳薄,被称为“中国核桃之乡”。如今在上海就能
买到新疆喀什的“闽龙达”、“丝路果香”核桃,果
肉饱满有型、皮薄易剥,含有较多的蛋白质及人
体营养必需的不饱和脂肪酸,口感醇香酥脆,颗
颗入味。

来自当地巴楚县的“大漠绿洲”罗布麻茶,则
源自海拔780米以上的新疆罗布泊,原产地人工
采摘,口感清甜,有着“血管清道夫”的美称。

云南的砚山“我走鲜”高原精品蔬果在上海
的部分超市里可以看到,还通过冷链配送的方式
直接送到各家各户。当地种植的蔬菜品种丰富,
特别是白拇指、青拇指、红宝石、菱形果、黄梨果

等小黄瓜、小番茄,亦蔬亦果,新鲜好吃,每日从
云南空运上海。

刺梨被称为“水果熊猫”,1公斤刺梨所含有的
维生素C相当于500公斤苹果,被称为维C大
王,此外还有健脾开胃、降血脂、降血压、降血糖、
排除体内重金属等保健作用。生长在高原上的
山珍奇果,如今可以被制作成刺梨糕、刺梨干、
刺梨花粉、刺梨蜂蜜、刺梨原汁等产品,不过营养
成分最密集的应该还是天然刺梨多酚。这款产品
被称为“液体黄金”,将刺梨原汁2倍浓缩,每一
支30毫升的刺梨多酚,其营养含量相当于10个
猕猴桃,天然维生素C大于1000mg,天然SOD大
于650000u,天然梨多酚大于2000mg,营养成分
“爆表”。

本
版
图
片
除
署
名
外
均
来
自
采
访
对
象