



# 复兴东路隧道 电动自行车夜间越江 通行明天启动

本报讯(记者 任天宝)为响应市民出行需求,优化越江慢行交通,2月16日起,复兴东路隧道上层每天23时至次日凌晨5时开放电动自行车试通行。非上述开放时间非机动车可通过周边轮渡越江。

目前,通行车辆范围仅允许电

动自行车通行,禁止机动车、摩托车(含轻便摩托车)、其他非机动车(含残疾人专用车、自行车、共享单车、滑板车等)和行人通行。限速为15公里/小时。复兴东路隧道上层夜间开放电动自行车通行期间,机动车均通过下层隧道通行。

记者从上海市交通委获悉,为

保障电动自行车安全进出隧道,隧道进出口及周边区域交通标志标线已进行了优化调整。每天夜间开放电动自行车越江通行前,隧道进出口需设置临时交通引导设施,将占用部分地面通行道路,请夜间途经周边区域的驾驶员根据现场指引标识通行。

## 品美食



▲ 清蒸刀鱼  
▶ 临街的外卖窗口,顾客排队购买生刀鱼馄饨与刀鱼馅

裘颖琼 摄



## 刀鱼汁面、刀鱼馄饨上市

# “鲜到飞起”的 时令美味来了

本报讯(记者 裘颖琼)“老半斋刀鱼上市,鲜到飞起!特别是他们的刀鱼汁面和刀鱼馄饨,简直是上海老克勒们的最爱。”这两天,福州路上的老半斋一到饭点,就大排长龙,不少食客闻风冲着刀鱼美食而来。

昨日11时半,老半斋的收银台前,挤满了黑压压的人群。“我要一碗二两的刀鱼汁面,现在大概要等多久?”人声鼎沸中,一位顾客扯着大嗓子询问。收银台前的店员则表示,现在是高峰时间,很难讲。

再往店内走,记者看到,大堂内等位的人数更多,每桌用餐的食客旁,都包围着好几个站着等位的食客。“我让你早点来,现在最起码要等半小时。”一位老婆婆“怒怼”身旁老伴。“当心了,上面了,让开点!”“收票、收台要等一

下。”店员们则忙着在顾客中穿插送餐。

每年的季节时令美味,一碗刀鱼汁面配上一份肴肉,用老饕们的话来说就是“绝配”。市民李老伯告诉记者,他是老半斋的常客,每到刀鱼季的时候,都要来这里尝一尝鲜。他除了点刀鱼汁面,还点了一条刀鱼,“味道鲜的”。

“春潮迷雾出刀鱼”,其特征是“清明前细骨软如棉,清明后细骨硬如针”。一位店员告诉记者,由于长江刀鱼禁捕,现在用的是崇明等地的“海刀”。老半斋刀鱼汁面之所以受到食客追捧,就是因为一直以来采用传统工艺,先要把刀鱼炒制成鱼松,然后再放入老母鸡、猪大骨等10多种食材进行熬制。

目前,老半斋的刀鱼汁面依旧

维持前几年的价格,刀鱼汁面2两36元,3两39元,刀鱼馄饨48元10只,刀鱼小馄饨20元12只。老半斋大堂经理朱翠华告诉记者,今年老半斋刀鱼汁面从2月12日开始上市供应,预计要供应到四五月份。

在临街的外卖窗口,还有许多顾客排队购买生的刀鱼馄饨与刀鱼馅,拿回家去煮。58元一盒12只、128元500克馅,一位路人问:“怎么这么贵?”而在许多排队的食客看来,春来刀鱼的这一口鲜要吃出性价比,老半斋的刀鱼馅已经算是最优选择。一盒生的刀鱼馄饨12只售价58元,平均每只4.83元;堂吃一碗熟的10只48元,平均每只4.8元。刀鱼馅128元500克,还送500克特大馄饨皮,可以包40个左右,以此来算,平均每只仅3.2元。

## 赏美景

## 今年首趟

# “乐游长三角” 银发专列启程

计划推十余条春季精品旅游线路

昨天8时03分,一批银发游客乘坐G7503次列车从上海虹桥站出发,沿杭台高铁前往嵊州、新昌,开启三天两晚的“乘高铁走诗路”周末休闲之旅。这是今年首趟“乐游长三角”银发旅游列车,载着游客春日错峰出游、探访唐诗之路。

杭台高铁与中国文学史上赫赫有名的浙东唐诗之路高度契合,串联起剡溪、天姥山、天台山等一大批风景名胜,是浙江省内一条极富历史底蕴和地理特色的黄金旅游通道。在三天两晚的行程中,游客将探访“百年越剧诞生地”嵊州越剧小镇,漫步剡溪之畔,感受传统戏曲与现代生活的完美融合;打卡武侠影视剧取景地新昌十九峰,登临飞龙玻璃栈道,俯瞰丹霞地貌,重温经典武侠剧的侠骨柔情;走进梅渚古村,观赏中国传统建筑,穿行石板巷陌,寻一寻江南诗意。

为保障本趟银发旅游列车高品质开行,担当值乘任务的上海客运段邀请长征医院资深医师在车上提供健康宣传和咨询服务,并在车上备足常用药品,获得银发游客赞赏。当前仍处于春运期间,铁路客流不时呈现高位态势,为保证游客安全有序出行,负责本次旅游行程的上铁文旅传媒集团公司在火车乘

降、旅游大巴换乘等关键处所,增派人手,加强引导,帮助搬运行李。餐食方面,安排清淡易消化的菜品和主食。考虑到“银发族”活动节奏不宜太快,在游览中更注重体验感受,做到“快旅慢游”。

据上铁文旅传媒集团公司上铁国旅专列部介绍,今年计划推出“太湖渔歌、梦境悠悠”“山水画卷、天下太平”“梦里姑苏、水韵周庄”等十余条专为银发游客设计的春季精品旅游线路,不断深化铁路和旅游融合发展,提升老年旅客的出行品质。

据悉,近年来,铁路上海局集团有限公司紧扣银发经济热点,持续开行银发旅游列车,采取“车随人走、夜行日游、游景停车”的旅游方式,让老年人拥抱着属于自己的“诗和远方”,受到“银发族”热捧。今年上铁集团将对多组列车进行适老化改造,调整通道门槛坡度,确保平稳通行;在卫生间、淋浴间等处增设扶手、坐便器,采用防滑地面,边角进行导圆处理或软性包裹;丰富标识种类,采用更大字体和对比度颜色;增设专门医疗区,配备基础医疗设备,常备应急药品,为银发游客带去安全、便捷、舒适的乘车环境。

本报记者 金志刚



■ 搭乘旅游列车开心出行

许文峰 摄



## 新民随笔

## “蔬中第一珍”

王蔚

“长江绕郭知鱼美,好竹连山觉笋香。”尽管经历着人生的低潮,但远眺漫山遍野的茂竹,想着可以吃到鲜嫩的竹笋,苏轼的心情豁然开朗。

又是一年春雷起,一夜春雨竹笋生。市场上那些沾着泥土的笋,被标为“雷笋”,归为春季的时令蔬菜,被誉为“菜王”,古人称之为“蔬中第一珍”。

竹笋主要由水、蛋白质、膳食纤维、碳水化合物、氨基酸和矿物质组成,所以吃起来特别鲜嫩脆。常逛菜场,学会了挑春笋的“秘诀”。先看笋壳,色泽嫩黄为佳;二看笋肉,越白的越嫩脆,色黄的次之,绿色的

弃之;三看笋节,首选节与节之间紧密的,其肉质才更细洁。

清代王士雄编撰的《随息居饮食谱》称笋是“味冠素食”,“可入荤肴,亦可盐煮”。在上海人的餐桌上,冬笋基本上是用来煲汤或作为炒菜的辅料,只吃它的“鲜头”。春笋的吃法就随心所欲了。油焖笋、竹笋烤肉将浓油赤酱表现得淋漓尽致。切细的笋丝更是百搭,离了雪菜笋丝,大汤黄鱼肯定要逊色许多。笋丝炒鳝糊的做法很家常,鳝鱼肉质滑嫩,搭配竹笋的脆鲜,使得整道菜肴的口感变得更加丰富,令食客感叹“鲜掉眉毛”。腌笃鲜的主角肯定

是春笋,这道菜据说起源于宁波,但早已被徽帮菜、苏帮菜、杭帮菜和本帮菜吸收为代表性传菜之一,更有着“春天第一菜”的美誉。

春笋汲取了寒冬的养分,在某个春雨滋润的夜晚破土而出。老辈人有“咬春”之说,笋块在齿间翻滚,春天的气息在味蕾上流淌。难怪擅长画竹的郑板桥会欣然作诗:“江南鲜笋趁鲥鱼,烂煮春风三月初。”

新鲜的春笋是大自然的恩赐,也是时令的馈赠。恰如白居易在《偶吟》中所写“便得一年生计足,与君美食复甘眠”。很多舌尖上的享受,不仅是品尝大自然的宝藏,更是开启一种快乐的生活模式。