



轻松办年货 欢喜过大年



果品

□见习记者 赵佳文/图

吃罢年夜饭，一家人围坐着看春晚，干果、水果该上场了。近年来，经过精美包装的它们，更是人们走亲访友的馈赠佳品。

干果、水果热销，礼品装走俏

近日，记者在我市多家超市、批发市场看到，干果、水果区人气很旺。在大张盛德美景观路店，30个装的红粉佳人苹果和红蛇果的售价分别为每箱128元和88元，皇冠蜜梨每箱售价58元，库尔勒香梨每箱售价98元。“这几种礼品装的水果卖得不错，不少人买来送礼。”一名理货员说。

一名姓陈的理货员说，这两天团购礼盒装干果的人比较多。木盒装混合干果售价为248元和388元，而售价为88元、98元、128元的礼盒装干果最为畅销。

在洛阳铁路果品批发市场附近，记者看到，道南路边停了不少汽车、电动车等，不断有人将整箱的水果往车上搬。在干果店，百日红花生、原味瓜子等，不少人一买就是10斤。

价格跟去年差不多

据了解，今年的水果、干果价格大多与去年差不多，个别种类有涨跌。一名姓梁的干果批发商说，今年碧根果、榛子平均每斤贵了3元；松子、核桃的价格降得比较多，去年松子每斤四五十元，今年才32元，去年每斤20元的核桃是质量较差的，今年这个价就能买到质量较好的核桃；开心果、杏仁等价格与去年差不多。

一超市负责水果区域的工作人员说，苹果、砂糖橘、柚子等水果价格跟去年差不多，“每斤也就差几毛钱”。

“库尔勒香梨一箱70块，划4块多一斤，这价格比去年要高。”洛阳铁路果品批发市场一名专营香梨的商户说，2011年5月新疆曾下过一场雪，不少梨花都被打掉了，库尔勒香梨产量因此减少，价格就涨了。

挑选干果、水果有窍门

涧西区天津路附近一干果店老板说，买干果不能只看价格和个头，价格过低的往往等级较低，个头大的不一定比个头小的好吃。

以500克装的碧根果为例，相同包装、规格的有31元和34元两种价位，二者包装一样，等级不一样，贵的等级较高，而等级却印在产品外包装箱上。

洛阳铁路果品批发市场一名卖了8年多干果的商户介绍，挑选碧根果，主要看果实的味道是否纯正，外壳薄、果仁不夹瓤的为佳，并不在于个头大小；挑选开心果，宜选择果实饱满、发绿的，外壳颜色不能太白或太黄。

此外，一名从事水果理货工作6年的超市工作人员说，水果存放时间不宜过长，否则水分蒸发，口感就不好了；水果买回家后要将塑料袋敞开放，若水果外表有塑料薄膜，在吃之前不要将其撕破，以防水分流失。



市民在超市选购水果。

蔬菜

□记者 赵玉杰 实习生 马焘 通讯员 李玮

日前，记者走访市场发现，新鲜的生菜价格已达到每斤3.2元，尖椒价格卖到了每斤4.5元，柿椒最便宜也每斤4.75元，菜价已进入“春节行情”。如果您要提前储备蔬菜，保鲜可是关键。

菜价涨得有点早

13日是腊月二十，记者走访发现，好几样菜已经进入“春节行情”。

当日上午，记者在周公菜市场发现，小白菜每斤达到2.9元，青菜涨到每斤2.7元，尖椒涨到每斤4.5元，而柿椒最便宜每斤4.75元，黄瓜也达到每斤4.2元。“往年只有腊月廿七菜价最贵的时候，尖椒才是这个价。”正在采购的市民刘先生表示。一名菜贩也表示：“今年菜价涨得有点早。”

记者随后走访了涧东路、下园路等菜市场，生菜、尖椒等蔬菜价格都是居高不下，有些市场的生菜甚至涨到了每斤4元。

新鲜菜季节性紧张

随后，记者来到中原农贸城。中原蔬菜批发采购中心负责人任红乾介绍，按照往年的经验，小年后蔬菜将逐渐进入销售高峰期，腊月廿七菜价最贵。他说：“蔬菜放的时间较短，都是临近春节才集中购买。今年小年前就涨起来了，可以说比较反常。”

另外，记者从种植户处了解到，持续低温天气造成温室蔬菜成熟期延长，生菜、尖椒的供应量相对较少。市价格监测中心监测数据显示，13日监测的24种蔬菜平均零售价格为每斤2.5元。与前一周相比，24种蔬菜平均零售价格上涨5.04%。

该中心相关负责人表示，目前进入季节性蔬菜供应紧张阶段，加上临近春节，人工费用增加，外运蔬菜包装费、装卸搬运费上涨。另外，低温天气也造成了蔬菜损耗增加，导致成本增加。这些原因导致新鲜蔬菜供应量和市场经营户相对减少，生菜、尖椒等蔬菜价格开始大幅上涨。

蔬菜保鲜有技巧

蔬菜不宜长时间存放，尤其是叶类蔬菜。如何让蔬菜保鲜？市工商局有关人士为您支招。

叶类菜通常无法久放，如果直接放入冰箱冷藏，叶片很快就会变黄、腐烂。保存叶类菜最简单的方法是在叶片上喷点水，然后用报纸将菜包起来，以直立的姿势茎部朝下放入冰箱蔬果保鲜室，这样可以有效延长保存时间。

以下是一些蔬菜的具体保鲜方法：

西芹、芹菜 放进装一点水的水盆里，再放入冰箱保存，可保存很长时间。普通芹菜还可以将叶子和茎秆分别放到保鲜袋里保存。

韭菜 韭菜怕干，将鲜韭菜用小绳捆起来，根部朝下放在水盆里，可以长时间不干、不烂。

大葱 放进花盆或者空地，把根埋起来，这样就可以随吃随取。

圆白菜、生菜 将菜切成两半，从外面一片一片地食用。剩下的菜放入保鲜袋再存放于冰箱内。生菜可将菜心摘除，用纸巾吸掉菜心处的水分，再装进保鲜袋冷藏。

青椒 青椒沾水后会变质，保存前不要用水洗，直接擦干装入保鲜袋再存放于冰箱内。

姜 姜分为老姜和嫩姜，老姜不适合冷藏保存，可放在通风处或沙土里，嫩姜应用保鲜膜或者纸巾包起来置于冰箱内保存，还可以冷冻保存。

茄子 茄子不能用水冲洗，用保鲜膜包好放进冰箱里保存，避免磕碰、受热，最好尽早食用。

洋葱、蒜苗 晾干后放在凉爽、干燥、通风处，比如可以直接放入网袋挂起来，不宜用塑料袋包装，不宜放入冰箱，否则洋葱或蒜苗会闷软、变质和发芽。

土豆 低温冷藏可避免土豆淀粉含量降低、发芽；注意保持干燥、避光，以防土豆发绿和霉烂。

莲藕 洗净后泡在水中，一两天换一次水，应保持水不结冰。