

今日天气

☀️ -6℃~6℃

多云转晴天
西北风3级~4级

未来几天

1月

9日	晴	-6℃~6℃
10日	多云转阴	-2℃~6℃
11日	阴	-3℃~5℃
12日	多云转晴	-5℃~5℃
13日	晴	-4℃~4℃
14日	晴	-6℃~5℃

(注:以上信息来源于网络,仅供参考)

空气质量 1月7日

污染指数 202

PM2.5(μg/m³) 164(7日9时)

空气质量状况 重度污染

首要污染物 PM2.5

【微言天气】

@双月:今天(7日)天公吝啬极了,只降了零星小雨,让盼望的人们大失所望。

@紫苏叶子:又到腊八啦,好怀念姥姥熬的腊八粥,可惜我一个人在外地不能回家,明天(8日)去食堂买碗粥凑合喝喝算了。

@天寒心不寒:雪下到哪里去了?早上看到微博上有人说栾川下雪了,本以为市里也会下,结果我盼了一天也没盼到雪。

今日腊八 别忘喝粥

失望:盼望中的鹅毛大雪没有如约前来 振作:化“悲痛”为饭量,在美食中寻找慰藉吧

□记者 杨凤轩 通讯员 许方璐

“早上倒是下了几滴雨,可盼了一天都没盼到雪。雪下到哪里去了?”昨天,市民们失望地发现,盼望已久的降雪居然以“湿湿地皮”的小雨告终。不过,对于栾川和洛宁的居民来说,雪姑娘还是给了他们惊喜,应约前来了。

雨雪不均匀,市区尤其少

本以为此次冷空气能给我市带来一次普遍降雪,可理想很丰满,现实很骨感。此次的雨雪天气过程中,我市所辖的各县市区并未普遍出现降雪,而是有雨,有雪,有雨夹雪,甚至还有雨、雪全无踪影的。

“除了偃师和孟津没有监测到降水信息外,我市所辖的其余各地均出现了雨雪天气,但降水量比较小。”市气象专家表示,设在各县市区的9个国家气象观测站及设在王城公园的区域自动站监测记录显示,栾川、洛宁出现降

雪,雪量分别为2.4毫米和0.4毫米;嵩县出现降水量为1.1毫米的雨夹雪;宜阳、伊川、汝阳分别出现雨量为0.3毫米、0.2毫米、0.2毫米的降雨,市区及新安监测到微量降雨。

“对栾川来说,虽然这并不是今冬第一次降雪,但此次降雪量比前两次要大,范围也大些。”市气象专家表示,前两次降雪只是个别景区能看到雪,栾川气象观测站上次监测并没有像此次一样监测到雪量。

不过,昨天并不算很冷,市气象部门监测数据显示,昨日我市的最低气温为1℃,除栾川受降雪影响最高气温仅有2℃外,其余各县市区均在6℃或7℃。

今日腊八,熬一锅热腾腾的粥吧

不知是雨雪的离开给了寒风发挥的空间,还是寒风着急登场而撵走了本就迟到的雨雪,总之,今日我市风力会加大,天气将逐渐转晴。

据市气象部门预计,今天全区多云转晴天,西北风3级~4级,气温-6℃到6℃。9日全区晴天,气温-6℃到6℃。

今天是农历十二月初八,也就是民间俗称的腊八节,很多人家都有吃腊八粥、腊八饭,泡腊八蒜的风俗。

腊八粥也叫“七宝五味粥”,我国喝腊八粥的历史已有一千多年,最早开始于宋代。每逢腊八这一天,不论是朝廷、官府、寺院还是百姓人家都要做腊八粥。

中国腊八粥的品种繁多,讲究的人家会在白米中加入红枣、莲子、核桃、栗子、杏仁、松仁、桂圆、榛子、葡萄、白果、红豆、花生等总计不下二十种食材。

今日腊八,您不妨在家熬一锅热腾腾的粥和家人一起分享。

【四季健康】

喝啥样的腊八粥因人而异

国家高级营养师张俊表示,不同人群对腊八粥食材的选择应有所不同。

糖尿病患者制作腊八粥应以燕麦、荞麦为首选,可以添加红豆、黄豆、糙米等食材,但要尽量避免添加莲子、麦仁;孕妇和脾胃虚寒者慎用绿豆等凉性食材,可选用小米、花生、红枣、薏仁、山药等富有营养的食材;不爱甜食的人,也可以食用一些滋补咸粥,生滚猪肝粥、生滚羊肉粥都是不错的选择。



雪落木札岭

此次降雪虽然量不算大,但也给木札岭披上了银装,令其分外迷人
拍客 郭晓阳 摄

投稿方式

邮箱 366116@qq.com

微信 laoniu366116

腾讯、新浪微博@洛阳晚报

晚报官方微信:lywb20



随手拍

QQ群:119181947

玮杰票务 洛阳票务第一品牌
价格最低 品种最全

黄山云海雾凇摄影观光
(周末活动 每人420元)

地址:数码大厦A座601 电话:63120681

晚报

四季天

天气版记者:杨凤轩
天气版QQ群:307978071
天气版新浪微博:@晚报四季天

【诗读四季】

腊日

杜甫(唐)

腊日常年暖尚遥,
今年腊日冻全消。
侵陵雪色还萱草,
漏泄春光有柳条。
纵酒欲谋良夜醉,
还家初散紫宸朝。
口脂面药随恩泽,
翠管银罍下九霄。

【译文】往年腊月初八的天气还很寒冷,今年的腊日却很暖和,冰冻全都化了。残雪覆盖下的萱草露出了头,泛绿的柳条也宣告了春天的来临。腊日这天,有幸参加了朝会。大家纵酒狂欢,几乎欲痛饮一夜,直到散朝才醉醺醺地回家。那些用来涂唇和面部的防冻脂膏,被装在翠管、银罍里,由皇帝赏赐给了臣下。