

洛阳·消费

逛逛菜市场

炎炎夏日,一些“降火菜”该怎么做怎么吃?

每逢大暑小暑 菜宜上蒸下煮

□记者 杨柳 文/图

一年中最热的时候到了,我们的饮食应该清淡一些,而用来

蒸和煮的“降火菜”具有清热降火的功效。今天,小记为您推荐两种超市里可买到的“降火菜”及其做法。



穿心莲

发现地:大张盛唐至尊精品超市

价格:每500克9.8元

特色:穿心莲的外形看上去有点儿像橘子叶,色泽油绿,叶肉比较厚实。穿心莲的食用方法很多,可凉拌、清炒,还能涮火锅,有清热解毒的功效,就是口感有些苦,体虚、容易腹泻和体寒的人最好少吃。

做法:

1.将穿心莲洗净,去掉老叶,将锅中水烧开,放入半勺油、半勺盐,将穿心莲放水焯一下。

2.将穿心莲沥水,轻轻拧干,放入蒜末和姜末,再倒入盐、糖、麻油、醋、鸡精拌匀,装盘即可。



紫贝菜

发现地:大张盛唐至尊精品超市

价格:每500克10元

特色:紫贝菜很好认,它的叶片背面呈漂亮的紫色。紫贝菜脆嫩可口,有一种特殊清香,风味独特,有凉血、去虚火的功效。

做法:

1.将紫贝菜去掉老梗和败叶,洗净沥干水分。

2.把大蒜切成蒜蓉,热锅倒油,下一半蒜蓉爆香。

3.放入紫贝菜翻炒断生,加盐和鸡精,再加入一点儿水,收干后下另一半蒜蓉翻炒,装盘即可。

晚报消费 你呼我应



记者:杨柳
手机号:
13643799115



记者:范瑞
手机号:
18603797002

买到假货要维权,想淘物美价廉的物品,拿不准上市的新品值不值得买,想知道哪里有卖自己遍寻不着的东西……您都可以与消费版记者联系哦,我们愿意为您跑腿。

“晚报百姓消费群”(339894536)

新浪微博@晚报消费

消费情报站

买香皂,比比哪家超市更便宜?

□记者 范瑞 通讯员 文正

7月22日,市物价办价格监测中心对我市部分超市袋装香皂销售价格进行了采集汇总。

本次采集主要包括王府井超市(简

称王府井)、家乐福超市(简称家乐福)、丹尼斯南昌路店(简称丹尼斯)、大商新玛特(简称新玛特)、华润万家纱厂店(简称华润万家)、大张盛德美景华路店(简称盛德美)6家超市的力士、舒肤佳、六神、滴露等品牌的24个品种商品。

部分超市香皂销售价格对比表(单位:元)

品名	规格(g)	最低价	最高价	价差
●力士丝滑润肤娇肤	115x1	4.3(家乐福)	4.8	0.5
●力士丝滑润肤娇肤	115x3	9.8(新玛特)	12.9	3.1
●力士滋养柔肤娇肤	115x1	4(丹尼斯)	4.8	0.8
●力士白皙焕采	115x3+幽莲魅肤 100ml	12.5(华润万家)	12.9	0.4
●力士滋养柔肤娇肤	115x3	9.8(新玛特)	12.9	3.1
●力士幽莲魅肤	115x1	3.5(丹尼斯)	4.8	1.3
●力士白皙焕采靓肤	115x3	8.8(盛德美)	13.5	4.7
●力士白皙润肤靓肤	115x3	12.9(家乐福 丹尼斯 新玛特)	13.6	0.7
●舒肤佳纯白清香型	115x2	9.65(家乐福)	9.9	0.25
●舒肤佳纯白清香型	115x4	18.9(王府井 新玛特)	19.5	0.6
●舒肤佳芦荟护肤型	115x4	18.4(华润万家)	18.9	0.5
●舒肤佳柠檬去味型	115x3	14.1(家乐福)	14.5	0.4
●六神	125x1	3.9(家乐福)	4.2	0.3
●滴露香皂植物呵护	115x3	10.6(家乐福)	15.9	5.3
●滴露香皂薄荷冰爽	115x3	15.5(家乐福)	15.9	0.4

TCL曲面电视普及战打响,七月盛夏巨惠风暴势不可挡



7月或将成为曲面电视时代来临的一个重要转折。原因是曲面电视在这个盛夏,被TCL带到了一个新的高度。据悉,整个七月,在曲面电视大格局基础上,TCL投入数千万

巨额资金,掀起曲面真正价格战,将超新、超高端的曲面电视以超低价格带入千家万户。目前,活动已到高潮,也是消费者选购曲面电视的最佳时机。

“TCL曲面太火了!”某大型家电卖场负责人表示,7月份是彩电业传统意义上的淡季,但是因为此次TCL发起的曲面电视普及战,带动了整个彩电业热度的提升。“见过打折促销的,但没想过敢玩这么大的!市场均价近2万元的65型曲面电视,现在不到1万元就可以买到!”据悉,此次巨惠行动,很多消费者

看到只要9999元就能享受到行业均价达到19461元的65型高色域曲面电视,6999元就能购买到行业均价达10918元的55型高色域曲面电视,纷纷惊呼TCL这次确实是玩真的。

据中怡康数据显示,TCL曲面电视零售额份额(07.06-07.12)达到14.6%,零售量份额(07.06-07.12)达到21.5%,远远超过第二名国产品牌,一举实现了国产曲面电视品牌双第一地位。

“这是一次真刀真枪的实力较量。”中怡康研究公司总经

理贾东升表示,当前曲面电视已经成为行业宠儿,所有人都知道曲面电视已是大势所趋,但有实力充当行业破冰者的寥寥无几。此次曲面电视价格战,TCL不仅把55型曲面电视做到6999元、65型9999元的历史最惠价位,而且是投入目前含金量最高的曲面电视最新旗舰产品,充分体现了TCL的强大的实力与诚意。

此次巨惠行动,TCL联合了苏宁、国美等核心销售渠道商,率先打破传统高科技产品普及大多在一二线城市进行的

行业惯例,让曲面电视体验首次无差异全渠道覆盖一二三四级市场,真正让曲面电视走进千家万户,实现高科技产品消费亲民化。

作为曲面电视领导者,TCL已经在曲面电视领域布下了大格局,拥有行业最震撼的价格、领先的曲面产品、最广泛的渠道覆盖,而此次巨惠行动,其手笔之大、诚意之足,目前行业不做第二人想。“曲面电视时代已经到来,而率先打造了曲面行业大格局的TCL,无疑将成为最有力的竞争者!” (山岭)