

## 今日天气

-6℃~-1℃

阴天转小雪  
部分地区中雪  
偏东风2级~3级

## 未来几天

1月

21日	阴天转小雪	-3℃~2℃
22日	阴天转多云	-7℃~2℃
23日	晴	-9℃~2℃
24日	晴	-7℃~1℃
25日	晴	-7℃~3℃
26日	晴天转阴天	-3℃~4℃

(以上信息来源于网络,仅供参考)

## 空气质量

1月19日

PM2.5(μg/m<sup>3</sup>) 78(18时)

## 生活指南

**人体舒适度:** -4级

人体感觉气温为-6℃到-1℃,感觉冷,请注意保暖。

**穿衣指数:** -4级

天气比较寒冷,建议穿羽绒服搭配较厚的羊毛衫。

**洗车指数:** 4级

天气条件不适宜洗车,洗车指数为4级。

**紫外线强度:** 2级

太阳光紫外线强度最高为2级,强度较弱。

**行车安全指数:** 3级

安全行车气象条件一般,降雪时变差,请司机朋友谨慎慢行,注意行车安全。

(生活指数信息由洛阳市气象服务中心提供)

## 诗读四季

### 苑中遇雪应制

宋之问[唐]

紫禁仙舆诘旦来,  
青旂(qí)遥倚望春台。  
不知庭霰今朝落,  
疑是林花昨夜开。

【译文】早晨的太阳破云而出,就像皇家的銮驾从天边驶来,高楼上谁穿着青袍眺望,就像望春台边随风飘扬的青旗。我不知道今天庭院中落下的竟然是雪花,还以为是昨夜院中树枝上开出的花。

# 清早起床,睁眼见雪?

## 如果您没看见,那雪可能下到别人家窗下了

□见习记者 刘心 通讯员 禹东晖

今天,我们迎来了二十四节气的最后一个节气——大寒。古人认为这是一年当中最寒冷的时候,《授时通考·天时》引《三礼义宗》云:“大寒为中者,上形于小寒,故谓之大……寒气之逆极,故谓大寒。”确实,一股从上周就开始张扬的冷空气步步逼近,带来“非一般的寒冷感受”。未来几天,气温将持续降低,今天或将有一场降雪。

### 今儿,我市或将飘雪花

昨日,小记读到一件趣事:沙特阿拉伯经历百年难遇的降雪天气,全民欢庆,甚至有人驱车去观雪。大部分地区属热带沙漠气候的沙特阿拉伯都降雪了,中国的北方城市洛阳要冷成什么样啊?

确实,对于我国大部分地区来说,今冬普遍寒冷,洛阳也“难逃一劫”。用中国天气网的描述来说就是:“这个四九(18日至26日)之冷将深深地印在你的脑海里!”

不知您看见这句话有什么感受,小记是既畏惧又期待。期待啥?雪花呀!小记从市气象部门获悉,今晨,我市全区将飘起雪花,说不定您一睁眼就能看到雪花哦!

具体预报为,今天白天全区阴天

转小雪,部分地区有中雪,偏东风2级至3级,气温-6℃到-1℃;今天夜里到明天白天全区阴天转小雪,部分地区有中雪,气温-3℃到2℃。

在飘雪的日子里,静静地坐在窗前,捧一杯暖暖的奶茶啜饮,欣赏着飘然起舞的雪花,尽情享受冬日的浪漫,多美!

### 大寒时,南北方都吃啥

我国南方一些地区有大寒吃糯米饭的习俗,在北方,如北京,则有吃消寒糕的习俗。

糯米饭的做法是将糯米配上腊肉等蒸熟。糯米又叫江米,性温、味甘,含有蛋白质、脂肪、糖类、钙、磷、铁等,营养丰富,热量较高,为温补食品,可益气、健脾、养胃、止虚汗。《别录》中描述它“主温中,令人多热,大便坚”,《本草纲目》中也有记载,它可“暖脾胃,止虚寒泻痢,缩小便,收自汗”,在大寒节气食用糯米能起到很好的御寒作用。

北京人在大寒吃的消寒糕,主要成分也是糯米,因其热量较高能驱散风寒,故得此名。

说了这么多,您的口水快流下来了吧?小记这就给您介绍两种美食的做法。

#### ■红糖年糕

材料:糯米粉300克、红糖150克、

模具1个、锡纸1块。

做法:1.用开水将红糖冲开,将糯米粉倒入红糖水里,搅拌均匀。

2.把锡纸刷上一层油后铺在模具里,将搅拌均匀的糊倒入模具中,上锅蒸30分钟,放凉后即可食用。

#### ■消寒糕

材料:糯米250克、白砂糖20克、芝麻20克、红枣7颗。

做法:1.将糯米浸泡24小时后,蒸烂。2.将蒸烂的糯米平铺在盘子里,放上红枣,上锅再蒸,等红枣蒸熟后,撒上芝麻和白糖即可食用。

## 微言天气

@我爱我乖:我爱花,爱各种花,但在这个季节,最令我向往的还是雪花。2016年的第一场雪让我“想说爱你不容易”,所以,我期待着“让我一次爱个够”的又一场雪。那时,不管我在干什么,都要抽时间出门拥抱雪花!



- 天气宝宝:徐一诺
- 性别:女
- 出生日期:2014年7月7日
- 爸妈祝福:愿女儿一生平安、快乐!

“天气宝宝”征集宝宝啦!想让您的宝贝登上《洛阳晚报》天气版说天气,成为人人喜爱的“天气宝宝”吗?您可以扫描二维码(见本报A01版)关注晚报微信公众平台(微信号:ly-wb20),或者登录新浪微博关注@晚报四季天,发送宝宝的艺术照,并附上宝宝的姓名、性别、出生日期,以及您的姓名、联系电话和通信地址,您对宝宝的祝福。

快下  
雪吧,我想  
堆雪人呢!

