

大雷雨昨突袭南京

今“天”还可能“翻脸”

天气早知道

今天 多云转雷阵雨 27~35℃	明天 多云到阴有阵雨或雷雨 26~34℃
------------------------	----------------------------

昨天下午2点,南京市还是酷暑难耐,仅仅一个多小时过后,天气就来了个大变脸,突降的雷阵雨让市民猝不及防。根据省气象台预报,明天雨势还会加大,但暂时还不会出现所谓的一场雨水一场凉的情况。

今仍可能出现阵雨

省气象台专家介绍,虽然下了一点雨,但是今天天气并不凉爽,继续炎热,最高气温可达35℃。但中午气温升高后,午后到上半夜仍有可能出现类似于昨天的局地性短时雷阵雨天气,到了明天,会有一次明显的降雨。具体预报为,今天多云有时阴有阵雨或雷雨,全市偏南风3~4级,有雷雨地区雷雨时短时阵风7~8级并伴有雷电,今晨最低温度27~28℃,今天最高温度35℃;8月16日全市多云到阴有阵雨或雷雨,雨量中等,最低温度26~27℃,最高温度33~34℃,17日

全市多云,局部有时阴有阵雨或雷雨,最低温度26~27℃,最高温度35℃左右。

虽然立秋,肉不能多吃

俗话说“一夏无病三分虚”,立秋一到,虽然早晚凉爽一些,但仍然有像昨天这样的“秋老虎”肆虐,所以人极易倦怠、乏力等。在民间素有“秋补”习俗,但营养专家提醒说,不要一说到“补”,就顿顿少不了肉。动物肉虽有较高的营养,但不易被消化吸收,若久吃多吃,对胃肠功能已减退的老年人来说,常常不堪重负,而肉类消化过程中的某些“副产品”,如过多的脂类、糖类物质,又往往是心脑血管病、癌症等老年常见病、多发病的病因。饮食清淡也不是不补,蔬菜反而应该多吃。现代营养学观点认为,新鲜的水果、蔬菜含多种维生素和微量元素,是人体必不可少的。

快报记者 刘峻

动物气象

雷声轰隆隆 吓得袋鼠跳 孔雀叫

□快报讯(记者 孙兰 通讯员 白亚丽)这两天的高温没让动物们感到不适,昨天下午突如其来的隆隆雷声倒是吓着了它们。记者从红山动物园了解到,最近雷雨天气频频,电闪雷鸣让一些胆小的动物有些反常。

连续两天达到37℃的高温!昨天下午,记者本想去红山动物园探访,看看动物们有没有受到酷暑影响。没想到老天突然就变了脸,

倾盆大雨哗啦啦地就倒了下来。轰隆隆的雷声吓人一跳,顿时动物园里也不安分起来。20多只袋鼠突然开始到处乱蹦,袋鼠妈妈更是慌里慌张地抓起小袋鼠就往胸前的袋子里塞;而总是慢吞吞迈着高贵步子的孔雀、天鹅,也完全抛弃了平日里的优雅,大声尖叫起来,乱作一团。

工作人员告诉记者,动物对于声响,比人类更加敏感。因此,平时园子里连运

送饲料的车都不允许按喇叭,外面的车更是禁止入内,就是怕惊扰了动物。但对于自然界的声响,就没办法了。最近南京频频出现雷雨天气,电闪雷鸣经常吓着一些胆小的动物,比如袋鼠、孔雀、天鹅,还有灵长类的动物也很怕打雷,但反应更接近于人类,经常是一个响雷,猴子、黑猩猩吓得呆若木鸡。好在等雷声过后,不多会,动物们就会恢复正常。

星情速递

1号小行星后天日落后露“倩影”

□新华社南京8月14日电(记者 蔡玉高 周润健)江苏、天津两地天文学会通报,17日1号小行星——谷神星冲日,届时,如果天气晴朗,借助小型天文望远镜或双筒望远镜就可以在繁星背景中找到它的“倩影”。

太阳系中,除了九大行星之外,在红色的火星和巨大的木星轨道之间,还有约50万颗像大行星那样沿椭圆形轨道绕太阳运动的小天体。最早发现的“谷神

星”“智神星”“婚神星”和“灶神星”是小行星中最大的四颗,并称四大金刚。本次冲日的“主角”谷神星,直径约933公里,质量在小行星中排名第一,因此也称为1号小行星。

天文学家介绍,17日冲日时,谷神星、地球与太阳将呈近似一条直线,地球位于两者之间。此时,谷神星的亮度将达到最高值,是观测的有利时机。17日太阳落山以后,小行星将从东方地

平线上升起,直到第二天太阳升起后,它才从西边落下,因此整夜均可观测。

冲日期间,谷神星的亮度为7.6星等,肉眼无法直接看到。可以选择黯黑的郊外,用双筒望远镜或小型天文望远镜观测。



公共信息

停电信息

8月16日5:30-9:30停仙鹤#2线,范围:永丰大厦、仙鹤里、斯威特大厦、皇册花园临时用电、鸣仙路南、仙鹤路、五间厅、来凤小区、铜坊苑等。

8:30-10:30停35KV瓜埠线,范围:六合水泥厂、琼华管桩厂等。

7:30-9:30林陵变:林陵线部分停。

6:30-12:00陶吴变:陶镇线停。

以上线路停电检修,早完工早送电。

南京市供电公司

南京有线电视数字化整体转换小区名单

8月16日(周三),南京有线电视数字化整体转换小区为凤凰西街部分、凤凰新村、凤凰二村、汉北街部分、劲顺花园、凤凰庄、凤凰街部分、华城新村、莫愁新寓郁金里、胜棋里、涌泉里、迎春里、荷花里、汉中门大街58号。以上各地区具体整转范围、时间、受理地点以《小区公告》和《告用户书》为准;尚未办理有线电视过户手续的用户请于所在小区实行整体转换之前至南京广电网络公司各营业厅办理相关手续;未缴费用户请及时交纳。咨询热线96296。

南京广电网络公司

渔人庄 香辣田鸡 大块朵颐



▲ 渔人庄馋嘴田鸡最解馋



▲ 传说三百年历史农家酸萝卜老卤炖制的老鸭煲

老板请客

渔人庄华桥路店 午餐日鸡3斤送1斤	晚餐周一至周四四鸡3斤送1斤
渔人庄山西路店 午餐日鸡4斤送2斤	周五至周日日鸡4斤送1斤(详情见店堂公告)

周末是三五好友聚在一起高谈阔论的时间,南京城里的酒吧给我们几个馋虫搜刮的都差不多了。享受美食分为好几种境界,一种是吃过一次,觉得味道不错下次再去品尝,这一款属于比较高档的菜肴,因为贵所以只能尝尝鲜,还有一种就属于平民式肉,价格不高,味道鲜美,馋馋的时候就会想尝尝,对于我们这些嗜此较习的馋虫来说,想弄一道菜好吃到让我们垂涎挂齿是不容易的。渔人庄的田鸡火锅却是特例,那早已成为我们的定点宵夜。鲜的极致、辣的过瘾,让我们欲罢不能。

滑滑当道的“锅田鸡”端上桌,现煮的田鸡已经在锅里煮熟,吃起来肉质爽滑,香辣开胃而不失田鸡的鲜美,趁着吃辣里的田鸡和丝瓜。据说撒油后,汤底还可以喝的!刚坐下就被店员一口气问“少辣、中辣、多辣、麻辣、中麻、少麻?”专业精神可见一斑。渔人庄田鸡火锅的绝妙之处则是麻辣锅不会麻得人失去味觉,次日它不上火。

“田鸡高蛋白长肉不长胖,先开吃,哈哈!”蛙的肉质细嫩又低脂肪,低胆固醇,低热量,低糖分,高蛋白,清热解暑消痛止痛的功效。蛙的皮肤富含胶质,有美容养颜的功效。

滑爽入味之后,再来道酸萝卜老鸭煲绝对是绝佳的组合,把酸萝卜和老鸭仔一起炖6个小时,这样蒸制出的老汤是碗中透亮亮的,醇厚绵长的酸,别家真是吃不到哦!你瞧渔人庄做一道菜,花了不短功夫吧!!

渔人庄华桥路店 华桥路31-3号	84717168
渔人庄山西路店 山西路乐业村7号	83220180

金塘深海鱼馆 解放路20号 84601008
金塘狮子桥店 狮子桥2号 83248777
金塘内桥店 中华路26号 52269790



金塘深海鱼 流连火锅大石斑

虽然现在市面上经营海鲜火锅的店家有很多,各种特色不同,但金塘台湾风味的深海鱼馆有它的独特之处,去过的人都会有一种流连忘返的感觉。

别看大石斑鱼的体积庞大惊人,但它的肉质却是及其紧致而鲜嫩,出自远离污染的深海环境中,其营养价值更是其它海制品所不能比拟的。

大石斑鱼火锅做法很特别,客人上桌首先是品尝美味可口的锅边,锅边的高汤口味清淡,原汁原味,但是制作起来也很复杂,要用大石斑鱼骨加上过了更年期的老母鸡,再加上黄豆煲9-10个小时以上。

但能够真正吸引顾客的,当然是大石斑鱼的味道了。而大石斑鱼都在6-8斤左右,削的时候根据部位分割来煎,若若放置在台面上的一盘盘鱼肉,鱼头,鱼皮,鱼尾,鱼骨,你就可以想象到大石



斑的煎法和吃法的多样了。你可以根据自己的需要,指定鱼身上任一部位,比如鱼头或鱼皮,削下来煎做,再配上精致独特的酱料,吃起来真是鲜美绝伦。值得一提的是鱼皮,它能在锅内久煮不烂,所含胶质成分,是爱美女士的首选佳品。其实大石斑鱼天然的营养功效还不止这些,还富含DHA成分,还能促进脑细胞的活力,降低胆固醇。

大石斑鱼火锅吃到最后,最妙的是用剩下的锅底来熬砂锅粥。慢火煮来,自是味道清淡鲜美令人垂涎,也独具台湾风味。石斑鱼火锅好吃,价格也便宜,大石斑68元/斤起售,比某著名海鲜酒楼的价格便宜一半以上。



▲ 非金塘边吃劲爆大嘴蛙,香辣蟹,边收变脸大戏