

快报联手夫子庙秦淮风光带管理办公室，第四批年货送给45户贫困家庭

年夜饭能多几道荤菜了

近日，南京持续低温，但秦淮区乌衣巷、金陵路等社区的贫困户心里却是暖洋洋的。昨天，快报联手夫子庙秦淮风光带管理办公室，把第四批年货送给了45户贫困家庭。捧着盐水鸭、烤羊腿等年货大礼包，75岁的周奶奶乐得合不拢嘴。“真想到我们心里去了，年夜饭可以多吃几道荤菜了，这个年美滋滋的。”



季步英老人(左二)接过年货 快报记者 赵杰 摄

[现场]

年货送到家 祝愿过好年

“有人在家吗？我们来给您送年货了。”昨天一早，快报记者和夫子庙秦淮风光带管理办公室年货大街的工作人员，敲开了一户户社区贫困家庭的大门，挨家挨户给贫困家庭送年货。

“谁啊，来送年货的吗？”75岁的周奶奶从门缝里探出脑袋。“奶奶，要过年了，我们来给您送年货了。”看着工作人员手里捧的年货，周奶奶推开门笑了，“是送给我的吗？”周奶奶有点不敢相信。

周奶奶是位独居老人，老伴去世10多年了，退休工资只有几百元，儿女们下岗了在外忙着打工赚钱，老人一人生活平时省吃俭用，十分清贫。“一人在家冷清哦，过年了就希望孩子们回来一起过个团圆年。”周奶奶拆开年货一瞧，有盐水鸭、烤羊腿好多年货。“平时我都舍不得买的你们都给我送来了，这下好了，除夕孩子们回来了，我就可以加几道菜，过好年，太谢谢你们了。”

随后大家分头行动，把一份份满载着爱心的年货送到了秦淮区的双塘、秦虹、中华门等各个社区以及白下区的部分社区。夫子庙秦淮风光带管理办公室年货大街有关负责人张明华告诉记者，最近他们组织了琵琶街夫子庙年货大街，汇集了千余种的特色特产，一直持续到2月5日。“正当市民们正在加紧购买年货时，也许那些贫困家庭正在为买年货发愁了。我们组织一些年货给他们送去，东西不多，表达我们的心意，也希望他们能过好年。”

[故事]

没钱买菜 就去菜场捡点菜叶

记者去季步英老人家时，正值中午。老人的大儿子在厨房里忙着午饭。

吃饭的人还没到齐，小弟弟在市第一医院帮人看自行车，晚点才能回家。一个妹妹是个“武”疯子，担心出门闹事，所以被锁在另外一栋楼里。因为生活不能自理，所以连饭菜都要单独送去的。

季步英老人和老伴当年是近亲结婚。所以，养育的四女二男中，有几个子女智力上有些残缺，一般的工作不能胜任。本来生活就艰难，两个女儿出嫁后，一家的生活基本上都落在了季步英的老伴身上。老先生在世时，有900多元的退休金，生活还

算勉强。女儿刘桂英回忆说，父亲的退休金拿到手的第一件事情就是买米和油。这样，即便没钱买菜，还能填饱肚子。

实在没钱的时候，老先生想尽了方法，也能撑着这两个家庭勉强生活。“楼下是菜场，下市之后，我爸爸就会去捡一点菜叶子回家，烧着吃。”日子就这样熬着过了。前年，老伴得了中风，没多久就去世了。没有了九百元的退休金，季步英老人一家更是陷入了困境。一元钱恨不得掰成三瓣花。

在季步英老人家，记者看到了一口大缸，里面腌得满满的都是咸菜，足足有七八十斤。这些咸菜是季步英老

人家的“备用粮食”。“实在没有钱了，还能凑合着就着米饭吃一顿，救急用的。”腌咸菜，已经是这个家庭每年必做的功课。太穷，又没有像样的工作，季步英老人的两个儿子至今也没有对象。“大儿子都快50了。”老太太叹气说着。环顾季步英老人的家，除了一台旧的电视和空调之外，再也找不出任何值钱的东西。空调是老先生前年中风后特地买来给他消暑的，而电视则由一家单位的党员出资捐赠得来。因为舍不得用电，如今，这两样“宝贝”都被闲置在一边，成了这个家庭里唯一还算入时的摆设。

老伴患重病 家里还没买年货

对60岁的张洪珍来说，最近的日子痛苦难熬，刚退休的老伴原本可以回家享清福了，却被查出直肠癌晚期。

这些天，老伴刚做完手术，张洪珍奔波于家和医院之间，看着原本160斤的人瘦到了120斤，张洪珍只能偷偷抹眼泪。

2002年，张洪珍曾遭遇一次致命的打击，那年，大儿子坐朋友的车出门，半路发生了车祸，大儿子就这样撒手人寰，留下了媳妇一人带着刚满6岁的小孙子。“那时候我几乎要崩溃了，不敢相信这个事实，得了忧郁症，把自己关在家里不吃

不喝的。”那会，媳妇一人每月1000多的收入还要带个孩子，生活很困难，张洪珍和老伴还要接济他们。“媳妇孙子都是在我这开的伙，家里还有个80多岁的公公。我们俩的工资加起来共2000多元，要负担全家5口。”那时，我精神不振，全靠了老伴。他虽然也痛苦，但强打精神，里里外外一把手，照顾我、公公，还有孙子，还要给媳妇下班了做饭。”

三年中，通过老伴和弟弟的耐心开解，张洪珍才慢慢从过去的回忆中走出来，看着孙子一天天长大，现在小学快毕业了，媳妇没有改嫁，一直对二老孝敬，张洪

珍觉得很欣慰。“过去的就过去吧，只要我们全家5口人好好生活，生活总会一天天好起来的。”

谁想到，老伴的病情给这个原本明朗起来的家庭又蒙上一层阴霾，现在老两口辛苦一辈子攒下的积蓄都要用来为老伴治病。“他倒下了，我们可怎么办。这个年都没法过了。”

当年年货大街的有关负责人张明华把年货塞进了张洪珍的手中时，她又一次流下了眼泪：“谢谢你们，我年货还没买呢，我代表老伴谢谢你们了。”

快报记者 钟晓敏 黄卓琳 刘小满 赵丹丹

首批“直抵”南京的台湾水果来了！用牛奶养大的蜜枣 你见过吗

昨天下午，由省市台办牵头、首批通过南京海关进入江苏的台湾水果在宁举行了一个“品尝会”，来自台湾的果农现场指导水果的食用方法。据介绍，这次来宁的水果有黑珍珠莲雾、葡萄柚、凤梨释迦、牛奶蜜枣、珍珠芭乐、菠萝、杨桃、柳橙、柑橘等9个品种，这些水果都将在春节前上市，南京市民有望在节日里尝个鲜！



台湾水果好看又好吃 快报记者 决波 摄

[水果吃法有讲究]

凤梨释迦：别以为长“黑斑”就是烂了

这次引进的水果中最特殊的要属凤梨释迦，这个名字怪怪的水果看上去有点像凤梨，又有点像“大荔枝”，所以有个别名叫“番荔枝”。

记者拿起一个凤梨释迦，发现绿色的外皮上有很多“黑斑”，“这可不是烂了，就要有黑斑才好吃呢！”专家告诉记者，凤梨释迦要熟软才好吃，越柔软越好吃，如果看到外皮上的黑色斑点千万不要扔掉，要知道这是释迦果的特殊自我保护功能，果皮发黑以后它的风味才更佳。

凤梨释迦果肉呈乳白色，富含维生素A、B、C及蛋白质、铁、磷、钙等，促进消化。在吃的时候也要注意，凤梨释迦的果肉是连在一起的，因此用手掰不起来，得切成几块，拿在手上啃就行啦！

牛奶蜜枣：吃完一小时不能喝牛奶

在昨天的品尝会上，一大堆的“青苹果”吸引了大家的注意，一口咬下去，竟然是枣子的甜味，还夹杂着丝丝的牛奶味，原来这就是台湾当地的特产“牛奶蜜枣”。要知道，这些个头像苹果大的蜜枣都是用牛奶养大的，利用最绿色环保的天然肥料种植的牛奶蜜枣味道中带着丝丝奶味，汁多可口，味道香甜，绝对值得一试！

专家告诉记者，这一颗颗青枣子，平均每100克含有维生素C600-900毫克，由于它是天然食品，比人工合成的维生素C片更容易吸收。但是，食用的时候不要用水煎煮，因为温度超过80℃，里面的维生素C就破坏了。因此只要用清水洗干净，生吃是最有营养的，每天坚持吃5-8颗，可以抗衰老、预防癌症，还有抗过敏、防止便秘的功效。

不过专家也提醒，食用蜜枣后，不要马上吃高蛋白食品，例如海鲜和奶制品，因为维生素C会使这两种食品中的蛋白质凝结成块不容易吸收，所以要在吃蜜枣1-2小时后，再吃高蛋白食品。

青柠檬：削片泡澡可以美容瘦身

青柠檬对于南京人来说可能还有点陌生，不过在台湾它是再普通不过，一到夏天，台湾的街头到处都有现榨柠

檬汁，里面再加点蜂蜜，那种酸酸甜甜的味道，深受男女老幼的喜爱。现在，很多厨师在中西料理中也会适当放入一点青柠檬汁，酸酸的口感不仅可以减少油腻，还有提鲜的作用。

除了吃，专家特别介绍青柠檬还有独特的美容作用。在台湾当地，年轻爱美的女士经常会在自己家做“柠檬面膜”。另外，还可以把青柠檬切片放在浴缸里泡个柠檬澡，据说，青柠檬中含有纯天然的柠檬精油，不仅美容，还可以瘦身！

[水果运输太娇贵]

屏东县建农青果生产合作社李协仓告诉记者，目前台湾这些水果正值采收期，在台湾当地采收后12小时即送达机场进入货柜，48小时的运送过程中全程航空保鲜货柜运输方式保证其新鲜度不被破坏。不过，空运水果有一个问题，那就是成本太高，一公斤水果空运的成本达到60元，因此抵达南京后这些台湾水果的价格都达到“个”来计算，例如一个黑珍珠莲雾就要卖到18元，难以让普通家庭接受。

据介绍，这次来宁的台湾水果有些属于“精品水果”，像牛奶蜜枣在台湾的售价是30多元/公斤，而凤梨释迦，在台湾的批发价就要一公斤50元，如果加上运费、卖场租金等其他费用的话，价格就更高。当然，也有一些“平民水果”，例如青柠檬、凤梨等，只有不到一半的价格。

为了能让更多人品尝到台湾水果，台湾和南京方面也在考虑使用其他方式运输从而降低成本，目前可以采用的还有海运，水果在台湾采收后先进行检疫，上船运到上海，再从上海将水果转装到小船上运到南京，从台湾果农采摘、装箱，到运抵南京总共也只需7天的时间。不过，水果比较“娇贵”，运输途中不能碰撞挤压，水果运到南京，南京市还开设了“绿色通道”，清关、检验检疫等一切相关手续都在南京办理，这样也节省了很多相关费用，一公斤水果的运输成本减少为15元左右，南京市可以在最短的时间内，以最优惠的价格品尝到新鲜欲滴的台湾水果。快报记者 都怡文

禄口终成 15895838614 13451943339	山玉昌 85170513 86795808	共青团 1/7 57.3m ² 49万	松楼 资证号 001099	三牌楼 3/6 63m ² 55.8万 90年双南	四平路 5/7 76m ² 58.5万 99年精
颐家春天 87m ² 27.8万 1/6F 简装	颐家春天 87m ² 32.9万 2/6F 精装修	五星年华 7/18 113m ² 06年新	康怡花园 7/7 136m ² 全明三	湖南路 5/5 68.8m ² 73.8万 90年简装	虹苑三村 4/6 64.77m ² 53.8万 97年
颐家春天 66m ² 23.5万 6/7F 有电梯	颐家春天 35m ² 13.5万 1/6F 精装修	江东南路 7/7 161.84m ² 跃层	千峰彩翠 17/25 139m ² 全明	湖南路 7/7 55m ² 43.8万 精装修	虹苑三村 4/6 64.77m ² 53.8万 97年
颐家春天 42m ² 14万 7/7F 有电梯	颐家春天 81.5m ² 27.7万 3/6F 采光好	玉带园 7/7 43.7m ² 39.5万	千峰彩翠 17/25 139m ² 全明	湖南路 6/6 72.07m ² 65万 96年	虹苑三村 4/6 64.77m ² 53.8万 97年
颐家春天 32m ² 10.8万 5/7F	颐家春天 136m ² 31万 商辅投资	玉带园 7/7 43.7m ² 39.5万	千峰彩翠 17/25 139m ² 全明	湖南路 6/6 72.07m ² 65万 96年	虹苑三村 4/6 64.77m ² 53.8万 97年
南京楼外楼房地产					
鲁迅园 1/7 97m ² 100万 豪宅	润花园 12/18 45+45m ² 69.8万	锁金村 4/6 55m ² 41.5万	近奥体 2/6 61m ² 48万 双南	万丰苑 3/4 83m ² 33.5万 新	江苏万和国际商贸城
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	别墅型沿街门面
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	125m² 独立门面
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	2842元/m²
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	只需35.6万
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	电话: 52617741
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	主营: 服装、外贸、旅游用品、名品折扣。
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅	润花园 3/7 64m ² 42万 南北	锁金村 7/18 113m ² 06年新	和美小区 1/7 52.6m ² 37.5万 南北	万丰苑 1/12 64m ² 25万 送南	和会街
鲁迅园 5/26 83m ² 108万 豪宅					