

熬一锅阿胶糕 开春能“打虎”

东阿县皇阿阿胶糕真材实料引市民追捧

广电惠民生活馆携手东阿县皇阿阿胶共同推出的“现场熬胶”活动自开幕以来引市民追捧。两名高级熬胶师从上午九点到下午五点每天都要熬制40多份阿胶糕。现场熬胶，当场配料，当场切片。用近一斤原胶加三斤多辅料熬成一大份阿胶糕，最后切片包装。市民可以亲眼看到：道地的东阿阿胶糕是如何制成的！

老话说，冬令进补，开春打虎。可见冬令进补是调养身体的最好时候，可以为下一年储备健康。

阿胶从唐代就广为流传，自古就是补血名品。《本草纲目》认为，阿胶补血安神、滋阴养肾、健骨强精。在2000多年的传承历史中，以原胶为主，辅以核桃、黑芝麻、冰糖、黄酒，经过手工熬制成阿胶糕，这就是传统的阿胶气血方，是适合大多数人的方子。



山东老两口特意赶来给儿子儿媳预订

熬胶的现场来了两位山东人，老两口精神很好，大老远，老先生就用大嗓门喊：“我要熬四锅，我要熬四锅。”据老先生说，他们是山东临沂人，2年前来南京帮儿子照顾小孙子，就没离开过。老先生76岁，老太太75岁，气色都很好，看上去绝对不像70多岁的人。

都知道山东东阿阿胶是更好的阿胶，山东



人们对阿胶的钟爱也要高过其他地方，老两口从70岁开始，每年都要吃上两三个月的东阿阿胶。这几年，他们明显感觉精神状态很好，睡眠也很好，感冒都少了。他们觉得，这都是阿胶带来的好处。

73岁的退休杨老师说：“其他补品我很少吃，就吃阿胶。你看我气色不错吧？我吃得好，睡得好，但是我对阿胶很挑剔，儿子每次去山东出差就给我买正宗的，这次好了，广电惠民生活馆咱都信得过，厂家的人也来了。我给自己和老伴都订了一份。”

两千多年熬胶技艺，精华一滴不漏

中国有18个省市可以产驴胶，但只有东阿出的才叫阿胶，别的地方的只能叫驴胶。这就和长白山人参、西藏冬虫夏草一样，地域性决定了原料的道地和不可复制性。

阿胶手工熬制，从汉文帝刘恒时代开始，汉文帝为给薄太后治病，遍寻良药。最后寻得东阿阿胶，药到病消。汉文帝命刘氏后人于东阿设厂熬胶，每年进奉朝廷，东阿阿胶从此名扬天下。

皇阿阿胶即来自东阿县，坚持古法手工熬胶，不省人工，不少材料，不堕品质！

为还原古法熬胶技艺。阿胶节期间，熬胶

师傅在惠民生活馆现场，用上好的原胶，配铜锅，不仅使用上乘的原胶，还配备高品质的辅料，如新疆若羌红枣、宁夏中宁枸杞、绍兴六年陈酿黄酒、颗粒饱满的桂圆等。可以为市民熬制不同的阿胶糕配方。

原料上乘，东阿好胶精“熬”精制

熬制时，熬胶师傅顺时针搅拌阿胶，开锅后转文火慢熬。随着锅内不断冒出小气泡，而后小气泡变成大气泡，胶汁开始浓稠。此时，熬胶师傅提起铲子，看看胶汁色泽和流动状态。“文武火力的拿捏、搅拌频率和幅度的掌握是一锅阿胶能否成为精品的关键。只有好的阿胶才有这样的琥珀色。如果胶汁发黑不通透，说明品质差。”熬胶师傅说。

待到阿胶熬到凝结成透明的状态，用勺舀起缓缓下落，像一面旗一样时，师傅就将事先加工好的红枣、核桃、枸杞、黑芝麻等依次加入熬好的阿胶中，搅拌均匀后倒入定型盘中，表面再铺上一层油纸，趁热擀平定型。

为了打消顾客的顾虑，熬制过程都公开透明，顾客可现场观看。“现在很多食品都在流水线上制作，不少步骤被省略了。我们要把传统的手工制作坚持和发扬下去，让更多人因为阿胶糕，因为我们而受益。”熬胶师傅说。

熬胶现场，限时推出两种优惠活动

为了让市民吃上放心好阿胶糕，现推出两种特惠活动，一是499元/斤，买3斤送1斤，到手价374元/斤；二是买5斤送2斤，到手价356元/斤。里面是真空小包装袋独立包装，吃起来非常方便。356元就能买到1斤正宗纯手工东阿县皇阿阿胶糕，一天一块，健康又划算。

“阿胶节”现场熬胶答市民问

1.阿胶糕味道怎么样？和以前吃的阿胶块

相比有什么优势？

都知道阿胶好，就是太难吃。广电惠民生活馆现熬好的阿胶糕，食用方法像吃零食一样！口感清香！不像传统阿胶块味道腥、难以下咽，火气大。这次的阿胶糕不上火，四季均可服用！

2.阿胶糕怎么食用效果更好？一般建议吃多久对身体好？

阿胶糕早晚食用1片就可以，每天别超过4片。行家建议：短时间服用阿胶糕效果慢，最好连续吃上三个月。这次活动买3斤送1斤，熬成的一大份4斤阿胶糕，按照每天两次服用，正好能吃90—100天。

3.吃阿胶糕的时候别吃什么？

吃阿胶糕两小时内不要吃白萝卜、大蒜、大黄、浓茶、牛奶。



惠民电话：025-66065188

惠民地址：广电惠民生活馆 南京夫子庙建康路277号(淮清桥向西50米)

公共交通：4路、7路、40路、202路建康路·夫子庙站

地铁3号线夫子庙站3号口往东(近招商银行)

广告

冷空气到货，气温小降

最高气温将降至10℃左右

快报讯(记者 徐岑)最高气温逼近20℃，感觉在过“假冬天”！现代快报记者了解到，12月10日，江苏最高气温达19.8℃，似乎穿秋装也不算太冷。不过，冷空气已经按捺不住了。11日到12日，气温将有一定程度的下降，最高气温逐步降至10℃左右。而冷过这两天，12月13日气温又会上升了。

12月10日，又是一个阳光灿烂的晴天。江苏气象统计，午后，全省最高气温基本都在17到18℃，排在最前面的宜兴有19.8℃。连相对最低的西连岛，最高气温也有15.8℃，让人混淆了季节。

气象专家表示，近期气温确实

较常年同期偏高，这主要是因为阳光给力，天气静稳，易于升温。同样也是因为冷空气“懈怠”，来的频次少了，强度也弱了不少。

气温继续回升下去，是不是真要“倒退”回秋天了？

现代快报记者了解到，北方正有一股弱冷空气东移南下，预计12月11日影响全省，带来降温。最低气温下降不明显，此次主要打压的是最高气温。以南京为例，11日最高气温就由18℃左右降至14℃，12日，进一步下降到12℃左右。

淮北地区降温更明显，预计最高气温降至10℃左右。

不过，此次降温时间并不长，12月13日，全省气温又开始回升。

预计淮河以南地区最高14到15℃，其他地区12℃左右。

气温有起伏，雾霾仍在。预计12月11日早晨，沿江和苏南局部地区有雾。此外，污染也难以消散。预计11日以轻度污染为主，局地中度污染。12日，沿海地区良好，其他地区轻度污染。13日，全省仍有轻度污染。出门注意防范。

南京三日天气

今天 晴到多云，偏西风2到3级转西北风3到4级，5~14℃

明天 多云，偏东风3级左右，2~12℃

后天 多云，偏南风3级左右，4~15℃

江苏通报第二轮重污染天气应急暗查情况：

18家企业存环境违法违规问题

快报讯(通讯员 苏环轩 记者 徐红艳)12月8日，江苏13个设区市重污染天气等级全部升级为橙色预警。现代快报记者获悉，在全省重污染天气应急启动后，近期，省生态环境厅组建8个督查组开展省级暗查。继12月6日通报首轮暗查情况后，第二轮暗查情况通报来了！

据悉，近期省生态环境厅组织8个督查组赴南京、常州、淮安、扬州、镇江、泰州开展暗查，共抽查53家企业，其中南京21家，常州4家，淮安10家，扬州7家，镇江4家，泰州7家。经查，18家企业存在环

境违法问题，占比34%。

其中，南京江北新区泰山街道服务产业园104国道路口道路积尘多，交通扬尘严重；

南京汽车集团有限公司存在土石方作业，大量裸土露天堆放，无管控措施；

南京康博塑胶有限公司和南京浦镇中车车辆厂存在不同程度的环境违法行为；

泰州兴化市华成机械制造有限公司和兴化市力鑫不锈钢制品厂未落实重污染天气应急管控措施；

常州江苏华云涂料有限公司

存在应急管控措施落实不到位等问题；

扬州江苏扬力坚城锻压机床有限公司未严格落实涂装生产线管控要求。

省生态环境厅表示，对发现的问题已交办各地进一步核实查处。对本次发现的企业环境违法违规行为，将依法依规严肃处理，按规定作为环保失信记录实时纳入企业环保信用评价。对评价等级为黑色(严重失信)和红色(较重失信)的企业，将按照相关文件要求，执行暂停新增贷款、水电加价收费等联合惩戒措施。

2019-2020年度南水北调 江苏将向山东调水7.03亿立方米

快报讯(通讯员 程瀛 记者 宋经纶)12月10日，现代快报记者江苏省水利厅获悉，根据水利部统一部署，江苏南水北调工程2019-2020年度工作正式启动，并于12月11日起向山东省调水，预计年度调水量7.03亿立方米。

江苏年度调水分两阶段实施，其中第一阶段从12月11日开始，预计2020年1月中旬结束，由江都水利枢纽江都东闸引长江水入里下河地区，启用宝应站抽江水入里运河，经金宝航道、入江水道三河段、洪泽湖、徐洪河、房亭河等河湖，沿途启用6个梯级泵站，抽水入骆马湖，最后经中运河由台儿庄站抽水出江苏。第二阶段预计从2020年春节后开始，至5月初结束。

为做好本次调水工作，省水利厅专题研究部署年度调水方案，省南水北调办公室具体负责落实，会

同江苏水源公司等省南水北调领导小组成员单位研究制定了组织实施、工程运行、水质监测、运行信息发布、调水值班安排等工作方案。省水利厅等单位根据各自工作职责，全面落实调水工程运行、水质保障、航运管理等工作。

近期，江苏南水北调办公室还将联合江苏水源公司派出工作组对各梯级泵站和输水河道的运行情况进行巡查，及时发现并解决调水过程中的问题，确保年度调水工作顺利进行。

据悉，南水北调工程是世界上最大、受益人口最多的调水工程。据统计，该工程目前累计调水近300亿立方米，惠及7省40多座大中城市，直接受益人超1.2亿人。江苏南水北调工程自2013年建成通水以来，至本次调水运行前，已向山东调出优质水超40亿立方米。

天天出彩

福彩15选5(2019330期)

| | | |
|------------------|-------|-------|
| 中奖号码:1 3 4 10 14 | 中奖注数 | 每注奖额 |
| 奖等 | 特别奖 | 一等奖 |
| 0注 | 0注 | 84注 |
| 0元 | 2965元 | 2965元 |

福彩3D游戏(2019330期)

| | | |
|------------|--------|------|
| 中奖号码:2 6 5 | 江苏中奖注数 | 每注奖额 |
| 奖等 | 单选 | 组选3 |
| 801注 | 1040元 | 346元 |
| 0注 | 1305注 | 173元 |

福彩双色球(2019142期)

| | | |
|-----------------------|----------|-------|
| 红球号码:8 14 24 27 29 33 | 蓝球号码:9 | 每注奖额 |
| 奖级 | 一等奖 | 二等奖 |
| 14注 | 5681439元 | 2835注 |
| 5000000元 | 173元 | 173元 |

福彩7位数(19189期)

| | | |
|--------------------|----------|----------|
| 中奖号码:6 7 8 9 8 2 1 | 中奖注数 | 每注奖额 |
| 奖等 | 一等奖 | 二等奖 |
| 2注 | 5000000元 | 5000000元 |

体彩排列3(19330期)

| | | |
|----------------|--------|-------|
| 中奖号码:3 9 7 1 7 | 本地中奖注数 | 每注奖金 |
| 奖级 | 直选 | 组选3 |
| 821注 | 0注 | 1040元 |
| 346元 | 1305注 | 173元 |

体彩排列5(19330期)

| | | |
|----------------|---------|---------|
| 中奖号码:3 9 7 1 7 | 中奖注数 | 每注奖金 |
| 奖级 | 一等奖 | 二等奖 |
| 33注 | 100000元 | 100000元 |

体彩鸡毛信

今晚体彩大乐透奖池16.55亿元！

12月9日晚，体彩大乐透19141期开奖，本期全国中共出3注1000万元一等奖，分落江苏、浙江、河南。今晚开奖前，大乐透奖池高达16.55亿元，敬请关注。

苏彩