



“农超对接优势很大, 应加大对对接面” 对接大超市, 他们的芹菜都卖光了

解决菜农种菜卖菜问题, 好多人在想办法 如建立直销点、设专用通道 如结合市场需求指导菜农种菜

经验: 农超对接初现成效, 扩大农超对接面

农超对接, 是由农业合作社和超市直接联系起来, 减少中间的批发环节, 使菜农的利益能够有所保证。从2009年开始, 丹尼斯超市就和中牟县的五丰农业合作社实行农超对接, 签订合同。从今年芹菜销售的情况来看, 已经能够看出农超对接的优势所在。截至目前, 五丰农业合作社里种植芹菜的菜农, 已经把芹菜销售一空, 价格则是按照之前签订的合同执行。市商务局副局长张廷延说: “农超对接计划有很大优势, 今后应该加大对对接面。”

举措: 芹菜销售日报制度

中牟县委、县政府连日来也在为解决芹菜销售问题积极想办法。昨日下午, 中牟县委、县政府还制订出了最新的芹菜销售方案: 成立指导组; 实行日报制度, 由商务局负责, 报告内容包括: 面积、产量、上市量、交易量、价格等, 每天下午5点上报市政府; 关于建立直销点问题, 计划设立300个左右的直销点, 由商务局牵头, 农委、供销社配合, 由商务局今天上午12点前拿出方案; 交通局对进入中牟县运输蔬菜的车辆要开绿灯, 设专用通道等。日报制度显示: 截至4月21日, 全县还有3560亩左右1.68万吨左右芹菜等待上市。4月21日全县共销出1200吨左右芹菜。

建议: 政府应结合市场需求等, 指导菜农种菜

昨天, 几名刘庄市场批发商有个共同观点: 这几年, 中牟菜农一直陷在一个非良性循环里出不来: 今年某个品种贵了, 下年一定贱, 因为大家一看贵了都一窝蜂地去种, 就这么大一个市场, 凭空多出一倍多的菜, 菜价咋能不贱? 郑州几大蔬菜批发市场的负责人均认为, 需要政府的力量来扶持。就某个蔬菜品种来说, 政府可以结合当年的种植面积、市场需求、销售价格等方面, 指导菜农适当、适量增加或减少种植面积, 最终让菜农少受损失。 晚报记者 邓红超 张勤 程国平 通讯员 张效强 段长焱

看完新闻品美味

芹菜

吃芹菜有益健康。特别是其茎叶中含的挥发性甘露醇, 别具芳香, 有增进食欲、降低血压、健脑镇静、预防血管硬化等保健作用。芹菜含铁量较高, 能补充妇女经血的损失。春季气候干燥, 常吃些芹菜有助于清热解暑, 去病强身。肝火过旺, 皮肤粗糙及经常失眠、头疼的人可适当多吃些。芹菜叶中所含的胡萝卜素和维生素C比茎多, 吃时不要把能吃的嫩叶扔掉。



核桃芹菜拌木耳(让挑食宝宝爱上吃饭的卡通菜)

材料: 干木耳10克、芹菜100克、核桃4个、大蒜5克
做法:

1. 干木耳用温水泡发, 去根蒂, 掰成小朵; 芹菜去老筋, 洗净斜刀切片; 将芹菜放入沸水中焯煮一分钟, 然后放入凉水中浸泡一下, 捞出沥干水分;
2. 核桃去壳, 用热水浸泡一下, 剥去外皮;
3. 大蒜去皮, 捣成泥, 淋入热油制成蒜泥汁, 将蒜泥汁、料酒、生抽、香醋、鸡精和蚝油混合均匀, 制成调味汁;
4. 将木耳、芹菜和核桃混合, 淋入调味汁拌匀即可。

粉蒸芹菜叶(最受百姓欢迎的家常凉菜)

原料: 芹菜(选用细茎多叶的品种)、面粉、蒜(根据个人喜好)、盐、香油(麻油)

做法:

1. 芹菜叶洗干净后, 大约分成一寸长晾干(表面没什么水分就好);
2. 在晾好的芹菜叶上均匀撒上面粉, 用量要保证叶子与叶子之间不粘连, 把叶子抖落均匀、蓬松;
3. 锅里烧开水, 将其放在蒸屉里(保证均匀)上锅蒸8分钟;
4. 把蒸好的芹菜叶取出, 趁热撒盐蒜末, 滴上香油拌匀即可。



莴笋

莴笋肉质细嫩, 生吃热炒均相宜。

常吃莴笋可增强胃液和消化液的分泌, 增进胆汁的分泌。

莴笋中的钾是钠的27倍, 有利于促进排尿, 维持水平衡, 对高血压和心脏病患者有很大的裨益。

莴笋中所含的氟元素, 可参与牙釉质和牙本质的形成, 参与骨骼的生长。

莴笋中的含碘量高, 这对人体的基础代谢和体格发育, 会产生有利影响。

莴笋叶的营养远远高于莴笋茎, 叶比其茎所含胡萝卜素高出72倍多, 维生素B1是2倍, 维生素B2是5倍, 维生素C4是3倍。

秋季爱患咳嗽的人, 多吃莴笋叶还可平咳。

酸甜莴笋(法国家常菜)

原料: 嫩莴笋500克、西红柿2个

辅料: 青蒜末25克、柠檬汁(或鲜橙汁)75克、白糖30克、清水50克、盐少许

做法:

1. 莴笋去叶、削皮、去根, 洗净切丁后用开水氽一下; 西红柿洗净去皮, 切块;
2. 将柠檬汁、白糖、清水、盐放入大瓷碗内搅匀, 调好口味, 再放入莴笋丁、西红柿块、青蒜末拌匀, 入冰箱贮存, 随吃随取。



莴笋叶煎饼(经济的营养早餐)

材料: 莴笋叶、面粉、鸡蛋、适量的水

调料: 盐、鸡精、香油、胡椒粉

做法:

1. 莴笋叶洗净切碎, 鸡蛋打碎和面粉搅拌在一起。
2. 放入调料, 添适量的水(根据自己喜爱的饼的薄厚度添加)。
3. 不粘锅放入少许油, 热后倒入面糊, 转小火。
4. 待一面定型后翻转, 小火煎另一面, 至两面微黄即可。
5. 食用时, 配上一杯自家生产的浓浓的五谷豆浆(当然牛奶也行), 再来点新鲜的草莓, 喜欢的话还能在饼上抹点合自己口味的酱料。



炒莴笋叶(别有风味)

莴笋叶洗净后, 滤干水分, 油烧热后下莴笋叶爆炒, 略加盐调味即可。可根据自己口味加豆瓣酱等, 更具风味。

唠叨唠叨: 莴笋怕咸, 盐要少放才好吃。



北京现代 连续六年全国最佳4S店 全国销售冠军河南长江店

迎五一 河南长江

300辆特价车 倾库销售!

时间: 2011年4月23日—5月2日

抄底, 震撼全城!
一次梦幻购车之旅,
机会...
真实无虞!!!

急购热线
0371-66539002 66539222
到店有惊喜!

北京现代 河南长江

销售热线: 0371-6653 9222 6653 9002 售后服务热线: 0371-6653 9111
24小时客户服务热线: 400-6599-111 网址: www.hnchangjiang.com
地址: 郑州市郑汴路116号中博汽车广场