

从牛油果到巴西莓,从奇亚籽到羽衣甘蓝,近年来,超级食物的风吹得越来越猛烈。最近,主打抗炎养生功效的姜黄新晋热门“超级食物”,在各大社交平台上迅速走红。

有人难忍其独特风味

『超』



姜



姜黄

不少人好奇,姜黄究竟是什么东西?和我们平时吃的生姜有什么不同?其实,姜黄并非新鲜事物,作为一种药食同源的食材,姜黄与用于烹制咖喱的姜黄同属“姜黄”的亲戚。生姜切片呈淡黄色,而姜黄则呈橙黄色(见上图)。姜黄中含有的姜黄素具有抗氧化和抗炎特性。

有人难忍其独特风味

『新』

随着姜黄的热度持续攀升,市场上也涌现出各类添加了姜黄的姜黄饮。这些饮品因为切中了现代人养生饮食的需求,一跃成为消费市场的新宠。

尽管预包装的即饮型姜黄饮在我市线下零售渠道还不多见,但电商平台上相关产品已颇具规模。记者浏览发现,这类产品大多呈现小容量、高单价的特点,容量多在30毫升至120毫升之间,单瓶价格在7元至13元不等,折算下来,售价远超普通饮品。

由于姜黄本身风味独特,记者采访了几位购买过姜黄饮的市民,发现评价褒贬不一,呈现两极分化。



即饮型姜黄饮

可能是搭配了生姜和柠檬,所以喝起来又辣又酸,完全没办法入口,感觉一瓶喝下去肠胃会受不了。市民姚依偲告诉记者,她在义乌出差时,曾出于好奇购买过一瓶姜黄生姜柠檬汁饮料,但最终不得不兑入矿泉水,冲淡味道后才饮用。

味道不能说很好,但还能接受,主要是冲着它的抗炎功效买的。市民胡萱向记者表示,她曾尝试过用姜黄粉、燕麦奶、黑胡椒自制姜黄奶,每天早上喝一杯,希望起到抗炎的效果,但是坚持了两个星期就不了了之。而比起自制姜黄奶,即饮型姜黄饮显然方便多了。

除了即饮型产品,姜黄元素也悄然融入现制饮品的菜单。记者注意到,我市部分咖啡馆与茶饮店推出姜黄拿铁、姜黄芒果酸奶昔等产品,主打温暖驱寒概念,吸引了不少消费者尝鲜。城区一家咖啡店店主向记者介绍:姜黄拿铁的销量一直比较稳定,年轻客群是消费主力。

值得注意的是,虽然姜黄的热度持续走高,但并非人人适宜,切勿盲目跟风,以免诱发不适。此外,记者查看多款姜黄饮的配料表发现,姜黄在产品中的含量有限,并且为了调和口感,多数姜黄饮添加了大量糖分。消费者在选购时,不妨多关注配料表中的糖分含量,同时不要对产品的实际功效抱有太多期待。

融媒记者 张曼欣

2025年总结



策划 陈旭东 漫画 应楚楚

食频道

把脚步交给山野 户外运动可以这样穿

随着户外热潮兴起,冲锋衣逐渐成为秋冬季节时尚单品,出现在各大穿搭博主的镜头中。本期为大家带来一套以冲锋衣为核心单品的户外穿搭。

模特上半身的米白色冲锋衣自带反光板,属性在阴天里依旧亮眼。连帽款式可调节松紧,衣身下摆配备抽绳,能更贴合腰身,减少冷风灌入。外套具备防暴雨、防水透湿等性能,适合应对多变的户外天气。寒冷时,可内搭一件抓绒内胆或者薄羽绒,提升保暖性。

模特下半身的红色直筒长裤与冲锋衣的红色拉链形成色彩呼应,宽松版型穿着舒适,确保活动自如。脚上搭配的白色登山鞋具备防水防滑功能,鞋身颜色与冲锋衣主色调相契合,进一步强化整体造型的统一感。

配饰方面,可以选择一个米白色徒步背包,满足户外收纳物品的需求。若气温较低,还可以添一双黑色防水防风手套。

这套穿搭整体色调简洁,视觉效果清爽。服装和配饰均以实用功能为核心,同时兼顾舒适性和美观度,适合户外徒步、登山等场景,日常穿着也不显突兀。

穿搭图鉴

融媒记者 邵思民 文
通讯员 陈威武 摄 模特 董俊妍

