

时下,一些在药房或滋补品店售卖的药材成为商超热销品

天渐冷,药膳养生消费正升温



鲜人参、鲜黄精、山野胡萝卜、铁皮石斛等一批新鲜滋补的食材,通过产地直采、锁鲜空运的方式送上市民的餐桌。



九芝堂推出的“草本非茶”养生茶饮品牌。均为长沙晚报全媒体记者 范宏欢 摄

●长沙晚报全媒体记者 范宏欢

冷天里,什么最能让人印象深刻?温润滋补的美食一定是其中之一。随着气温逐渐降低,不少市民都喜欢吃一些温补暖身的汤汤水水。记者注意到,有些经常出现在药房或是滋补品店里的药材,如今在大型商超里也能找到它们的“身影”。与此同时,一些商家也紧扣当下年轻人的需求,根据时令研发了各式各样的养生茶饮。

药材变身食材端上市民餐桌

27日中午,记者来到位于华创国际广场负一楼的盒马,鲜人参、鲜黄精、山野胡萝卜、铁皮石斛等一批新鲜滋补的食材,通过产地直采、锁鲜空运的方式送上市民的餐桌。

石斛炖鸡、当归党参羊肉、灵芝瘦肉汤、野胡萝卜莲子粥……对于这些“奇蔬异菜”怎么吃,盒马也在门店摆放着详细的搭配清单,让惯常作为药材的商品摇身一变成了餐桌上的美食,价格还十分亲民,从10元至20元不等。

中药材为何当成蔬菜卖?记者了解到,中华传统中医文化中,药材全部为干药,因为干制后更易储存,易长途运输。但有不少药食类商品兼具食品的属性,鲜食含有大量原汁,口感也很好。例如云南昭通的天麻就被誉为中国

国家地理标志产品,不仅能烘干作为药材,也有不少居民以更便宜的价格放在集市上叫卖。与此同时,商超通过大批量直采的订货方式,大大缩短了农户们的销售周期,全国冷链运输网络的保障,也能降低农户自行售卖新鲜蔬菜的损耗。如此一来,消费者还能买到一些不常见的新鲜食材,一举多得。

盒马蔬菜采购员介绍,除生鲜品类外,盒马也持续上新药食同源的商品,如可以当零食吃的黄精冻干、盒马补系列养生茶、燕窝粥等。

滋补药膳汤也有方便速成版

黄精山药枸杞汤、茯苓淮山汤、山药白芷汤……在各大超市、网购平台和外卖平台上,药膳汤料包也很受消费者欢迎。

记者在一家经营药膳养生食材的店铺看到,店里推出了十几种不同类型的药膳汤料包,这类药膳汤料包都是30克至50克的小包装,刚好适合炖煮一锅食材。商家还在产品详情中简明扼要写明了药膳汤料包的用法——“一泡、二洗、三下、四煲、五加,消费者使用自备的新鲜肉禽加汤料包,‘小白’也能煲出一锅靓汤”。

值得一提的是,这些药膳汤料包的价格在几元到十几元不等,其中不乏价格较高的滋补药材,性价比相当不错。例如盒马与同仁堂联

名的药膳汤料包为50g,售价9.9元一包。“天气冷了想煲汤喝,不用自己配料,省下很多时间,配好的方子也正宗,对于我们这种厨房小白实在太合适了。”95后市民曾女士表示,平时自己上班忙,没有太多的时间精力去研究各种食补方子、配齐各种不常用的药材,而且也不会操作,药膳汤料包既方便又好喝。

秋冬养生茶饮圈粉年轻人

今年,“药香味”十足的中药茶饮在社交平台火爆“出圈”,开胃、降压、消脂、润喉……掀起一股年轻人养生消费热潮。记者发现,随着气温骤降,一些主打药食同源、食疗养生的茶饮品牌在长沙的大街小巷火了起来。

“九芝堂苓膏适合什么季节食用?”“石斛饮和陈皮饮有什么样的功效?”在天心区坡子街的九芝堂中医馆,门口的“草本非茶”饮品摊位招牌醒目,吸引了不少消费者咨询尝鲜。

“我平时很喜欢喝茶,尤其是到了干燥的秋冬季节,我更倾向于选择那些茶底健康、没有过多添加剂的养生饮品。”刚刚点了一杯“如梦令”的00后市民小馨对记者说道。这款饮品的配料包含牛奶、枸杞子、酸枣仁、茯苓、小麦、大枣、黄花草、百合、甘草等食材,有无蔗糖、木糖醇、0卡糖可选。

九芝堂药铺店长文丹露介绍,中国人的饮

食自古讲究顺时而为,药食同源,草本养生。“草本非茶”注重选料,会根据不同的时令推出不同的产品。比如,天气干燥时,润喉养肺的养生吊梨汤备受青睐;融合了银耳、百合、莲子、枸杞、冰糖的美颜莲子羹卖得也不错;兼顾了外观和味道的阿胶珍珠奶茶,则是不少女生购买的首选。

中医药文化的复兴以及药食同源理念的发展,也为养生茶饮市场注入了新的活力,推动其市场规模快速增长。相关数据显示,预计2028年中国养生茶饮市场规模有望突破千亿元大关,接近1200亿元。

不过需要注意的是,中药药食不可盲目跟风,而应依据自身特点量身定制。注册营养师郑敏表示,将中药材与食物相结合、通过烹饪加工制成具有特殊保健或治疗作用的药膳很常见,但最好还是在药师指导下进行,“例如一些高油食品添加中药成分,会直接影响食疗效果,还有一些产品的中草药成分可能会与其他产品的中草药成分产生相互作用”。她提醒广大消费者,良好的生活习惯才是养生的关键,倘若平时作息就不规律,想通过吃几顿中药膳食、喝几杯中药茶饮将身体补回来,并不现实。



提前还房贷的人后悔了吗?

温馨提示:提前还贷要多方考量、量力而行

●长沙晚报全媒体记者 孙占锋

最近几天,“提前还房贷的人后悔了吗”这一话题登上热搜,原本沉寂下来的提前还贷热潮,再次被人们热议。在近期房贷利率降低、首付比例门槛下降等政策的影响下,原本打算提前还贷的“月供一族”在心理上的焦虑有所缓解。有银行统计数据表示,10月以来房贷提前还款人数,较政策出台前的9月减少了20%。

提前还贷是否划算,向来看法各异

“无贷一身轻,难道不香吗?”当被问及提前还房贷是否后悔这个问题时,市民袁先生的话代表了不少人的普遍观点。的确,对于普通市民而言,手头的闲余资金往往很难找到合适的投资理财方向,况且投资的风险和收益并存。

“早一天还,就多省一天的利息,有什么可后悔的?”长沙市民小郭是在今年年初单位发了年终奖后,一次性把房贷还清的。在他看来,自己没什么投资头脑,不敢贸然去炒股或进行别的投资。如果多余的钱不用来还贷,而是存在银行的话,那肯定是亏的。

但是,在长沙从事建材批发生意的黄先生意见相左。他上半年提前还了100多万元房贷,尽管现在不用再每月还按揭了,可是手头的流动资金一下子吃紧了不少。“对于生意人而言,特别是对流动资金量要求比较大的人来说,提前还贷还需多考虑考虑。”黄先生如是说。

经常有人说,如果还款时间已经过半的话,提前还贷不划算。那么,到底是不是这样呢?一位不愿具名的理财顾问告诉记者,对于普通人而言,提前还贷需要顾虑已经还贷的时间,因为所谓“提前还贷”还是本金,而银行是按照剩余本金来计算利息的。提前还贷后本金减少,后续再还月供

的本金和利息自然都会跟着降低,相当于为自己的家庭财务做了一个高效的“瘦身”。“如果手头资金富裕,一次性还清则能节省更多利息啦。”该理财顾问如是说。

提前还贷并非简单加减法,需综合考虑

一般而言,个人住房贷款具有期限较长、利率较低、申请方便、还款灵活等特点。市场数据显示,随着房贷利率的多次调整,提前还贷的热度确实有所减退。以某大型国有银行为例,自10月份以来,房贷提前还款的人数相较于政策出台前的9月份,已经减少了约20%。

当然,对于贷款周期长达二三十年的住房贷款而言,利息累加总额往往很大。短时的利率调整具体到每个月而言,也不过是几十元到几百元的变化。“单纯将还款压力归咎于利率,这是不理性的。”易居房地产研究院副院长严跃进认为,从经济角度来看,提前还贷的前提是要对比其他投资机会。

之前出现“提前还贷热”,其实是居民资产配置的调整,是居民投资理财“资产荒”的结果之一,是否适合提前还贷,每个人情况都不一样。严跃进表示,简单而言,如果投资收益高于存量房贷利率,那么不需要提前还贷;反之,可以考虑提前还贷。

招联首席研究员董希淼则表示,简单而言,如果投资收益高于存量房贷利率,那么不需要提前还贷;反之,可以考虑提前还贷。温馨提示,房贷作为长期负债,对于许多家庭而言,是每月预算中的一项固定且不小的开支。但是提前还贷要量力而行,不适合耗光所有积蓄、四处借钱,更不能通过申请经营性贷款或消费性贷款,套取资金来还房贷,因为这是违规行为,甚至可能因为伪造相关材料涉嫌违法。

金融活水润千企 农银直达助小微

农业银行湖南省分行 全面开启“千企万户大走访”

长沙晚报11月28日讯(全媒体记者 陈星源 通讯员 王诗梦 王天琦)为加大金融服务实体经济力度,根据国家金融监督管理总局、国家发展改革委及总行关于支持小微企业融资协调工作机制的相关要求,近日,农业银行湖南省分行(以下简称湖南农行)迅速响应,组建三级工作专班,连续召开3次全省会议进行重点部署,选派2名业务骨干加入省级政府专班建设,出台实施方案,全力推动支持小微企业融资协调工作机制落地见效。

全面走访,惠企利民达终端

湖南农行聚焦园区、专业市场、商圈等小微企业集中地,全面开启“千企万户大走访”活动。

湖南农行与总行普惠金融事业部共同走访天心区某小微企业,了解企业融资需求,向企业介绍融资协调机制相关政策,并现场为企业办理全线上、低利率的续贷业务申请。

永州分行走访位于新田县、向粤港澳大湾区供应蔬菜量最大的“菜篮子”基地,积极解决蔬菜企业融资面临的困难,得到湖南农业发展集团的高度肯定。客户感慨道:“我们董事长人在香港,农行特意去广东口岸面签,办理的600万元续贷,真是解了我们的燃眉之急!”

怀化分行作为独家受邀金融机构,在“2024年箱包皮具产业高质量发展大会”上发布“箱包贷”产品,为产业链上企业提供金融服务。

常德分行联合财鑫集团举办服装辅料产业发展座谈会,介绍支持小微企业融资协调机制政策及融资产品,共话产业发展趋势和融资难题。以座谈会为契机,两级专班人员走访了20余家企业,达成合作意向5家。

加强创新,因企制宜助生产

湖南农行加大模式创新,推进“一

项目一方案”普惠零售信贷业务运作模式,为全省产业集群量身定制服务方案,如为浏阳市烟花产业集群创新定制“烟花贷”;大力拓展供应链融资业务,满足上下游企业的融资需求,为某国家级龙头企业的下游经销商发放种业贷款800余笔,金额超4.3亿元,有效支持了农业生产;专门出台针对小微企业的贷款接续政策,降低接续条件,为小微企业纾困解困。自10月15日以来,累计为小微企业和个体工商户续贷411户、金额3.44亿元。

这一系列举措,不仅体现了湖南农行对国家政策的快速响应和高效执行能力,也展现了服务小微企业、支持地方经济发展的决心。展望未来,湖南农行将继续以高效专业的服务能力,扎实推进支持小微企业融资协调工作机制,进一步提升助企惠民、服务小微企业的质效。

同城通

生活资讯全搜索 为您服务全天候

分类信息

QQ办理 微信办理 星收银(付款)

电话: 0731-82205305
Q: 800083498
微信: 长沙同城通

公告声明

遗失声明

长沙市福利彩票发行中心遗失事业单位法人证书(副本)一本,统一社会信用代码 124301004491,有效期至2019年12月25日至2024年12月25日,特此声明作废。

●周菊先遗失残疾人证,证号 43012219680904302354,声明作废。

声明

根据公司决定,依照公司印章使用管理制度及工作需要,公司对公章、合同章、财务章、发票章、法定代表人印章予以更换。自2024年12月1日起,正式启用编号为43010310216850、43010310216849、43010310216848、43010310216847、43010310216846的“长沙三兆实业开发有限公司”新印章,废止编号为4301000140195、4301020164705的“长沙三兆实业开发有限公司”旧印章,废止的旧印章此后不再具有任何法律效力及财务效力。特此声明。

遗失声明

长沙市岳麓区凯特梅溪紫苑业委会遗失核准号为J5510073779602的银行开户许可证,声明作废。

下列证件声明作废

●赵鹏遗失长沙市五一实业有限公司单位股权证,证号:103046,股份总数:7股,声明作废。

●周晓静遗失湖南财政经济学院人力资源管理专业本科毕业证书,证书编号:115325201505000345,声明作废。

●张昭伟遗失长沙喜临门品牌管理有限公司合同保证金收据1份,号码:1017267,金额:40000元,声明作废。

●刘新琼遗失长沙市五一实业有限公司单位股权证,证号:103045,股份总数:11股,声明作废。

有困难找志愿者 有时间当志愿者

中共长沙市委宣传部 长沙市文明办 宣