

冷空气来“串门” 周末气温重返20℃

现代快报讯(记者 王新月)数九寒冬过后,春天正向我们缓缓走来。本周江苏以多云天气为主,11日夜起,有冷空气自北向南影响江苏,中东部地区48小时最低气温将下降5~7℃。14日起,气温回升,15日全省最高温又将在20℃左右。

3月11日,是“数九”最后一天,也是二月二龙抬头,气温同样开启上扬“抬头”态势,南京午后气温达20℃,当天全省有多个站点气温突破20℃。

根据最新气象资料分析,本周南京主要以多云天气为主。15日夜—16日白天,全市大部分地区有小雨。气温方面是先降后升,12日有一次弱冷空气影响,南京最高气温降幅达4~6℃,14日起气温明显上升,15日—17日最高气温可达20℃左右。

全省来看,13日夜—14日白天沿淮和淮北地区、15日夜—16日白天江苏大部分地区有小雨,其他时段则以多云天气为主。气温方面,11日夜起,有一股中等强度冷空气自北向南影响江苏。受其影响,江苏中东部地区48小时最低气温将下降5~7℃,其他地区将下降3~5℃,并伴有陆上4~6级,江河湖库及沿海海面6~7级的偏北大风,最低气温将出现在13日早晨。14日起气温明显上升,15—16日全省最高气温在20℃左右。

具体来看近三天的天气情况:



南京街头樱花已陆续开放,吸引市民打卡 现代快报/现代+记者 徐洋 摄

3月12日,全省晴到多云。最高温度:长江以北中东部地区13℃左右,其他地区15~16℃;最低温度:沿淮和淮北地区3~4℃,苏南地区8℃左右,其他地区5~6℃。全省偏西风转偏北风,中东部地区5级阵风6~7级,其他地区4~5级阵风6级。13日,全省多云转阴。全省最高温度13~14℃。最低温度:东部地区0~1℃,其他地区3℃左右。14日,沿淮和淮北地区阴有小雨并渐止转阴到多云,其他地区阴转多云。最高温度:西北部

和苏南地区19~20℃,其他地区17℃左右;最低温度:东部地区5℃左右,其他地区6~7℃。

南京三日天气

今天 晴到多云 偏北风4到5级 阵风6级 8~16℃
明天 多云到阴 东南风3到4级 4~14℃
后天 多云 偏东风3到4级 7~19℃

河豚、螺蛳、春笋……

三月限定美食抢“鲜”上市

春天万物复苏,各种各样的“春鲜”迫不及待地登场!春天的头等大事,当然就是尝“春鲜”了。近日,南京多家农贸市场和超市,螺蛳、春笋、河豚等时令鲜货纷纷赶早上市。这些三月限定美食,分分钟鲜掉你的眉毛。

现代快报/现代+记者 季雨 文/摄



河豚

春笋

螺蛳

河豚抢“鲜”上市

现在正值河豚上市的季节,在农贸市场和超市,已经能看到河豚的身影了。3月11日,现代快报记者在南京市秦淮区的一家连锁生鲜超市里,找到了河豚销售的柜台。在这里销售的河豚产地为江苏省海安市,300g的售价为89.9元。

超市工作人员介绍,河豚的烹饪方法其实很简单,将河豚用清水冲洗干净后放入锅中,盖上锅盖大火加热煮沸15分钟左右,配上自带的河豚鱼汤包,然后根据个人口味加入适量的盐和味精即可食用。

老一辈的人都知道,最好的河豚以清明前食用为佳。因为清明前的河豚,鱼皮上的毛刺还非常柔软,一过清明则会变硬,口感会稍微差一些。值得注意的是,虽然现在的河豚大多为人工养殖,毒性已大大降低,但要做得美味又安全,

还是很考验厨师的技艺。因此,大家吃河豚最好去有品质的饭店,奶汤、清炖、红烧……各大口味应有尽有。如果是自己烹饪,最好找专业人士清理干净,并且采用蒸煮、浸泡等方式进行处理。

鲜掉眉毛的螺蛳、腌笃鲜

俗话说“明前螺,赛肥鹅”。一到三月,南京各大农贸市场的螺蛳已经被摆在水产区的C位上,引得不少市民尝鲜选购。

“我家老公喜欢吃螺蛳,尤其是我做的爆炒螺蛳。”正在采购螺蛳的吴女士告诉现代快报记者,每年这个时节,她都会过来买点螺蛳做菜。“非常鲜美,我老公有时候拿它做下酒菜,一个人能吃一盘呢。”

螺蛳虽然鲜美,但目前的价格不低。在走访中记者了解到,现在市场上每斤螺蛳的售价,按照个头大小区分,价格在10元上下。如

果是螺肉的话,那么价格会更贵一些。摊主称,等过一阵螺蛳大量上市,价格就会降下来了。

要说最近大热的美食,那怎么少得了春笋?近日,有“菜王”之称的春笋大量上市。

春笋的营养价值和美味程度都很高,它既有蔬菜的清香,富含水分、各种水溶性维生素和矿物质,又有肉的口感,富含蛋白质。在雨花台区的一家连锁超市里,春笋的人气非常高。商家甚至将春笋的做法——腌笃鲜打在了宣传页上,看了让人食欲大增。春笋的价格也在10元/斤上下。超市工作人员称,现在的时令春菜当中,卖得最好的当数春笋。“目前最好吃的就数芽头春笋,就是春笋的嫩芽。自然生长的芽头春笋个头很小,口感很嫩、味道很甜,水分也很多。”春笋的做法也很多样,除了腌笃鲜以外,还能用来清炒、油焖,可荤可素,既美味又营养。

改革开放 是我们党的一次伟大觉醒



AI学习“课代表”

中交二公局龙潭长江大桥项目总工程师 孔德川:

改革开放是当代中国最鲜明的特色。

本期金句,一起来学习。

本期金句

改革开放是我们党的一次伟大觉醒,正是这个伟大觉醒孕育了我们党从理论到实践的伟大创造。改革开放是中国人民和中华民族发展史上一次伟大革命,正是这个伟大革命推动了中国特色社会主义事业的伟大飞跃!

——习近平2018年12月18日在庆祝改革开放40周年大会上的讲话

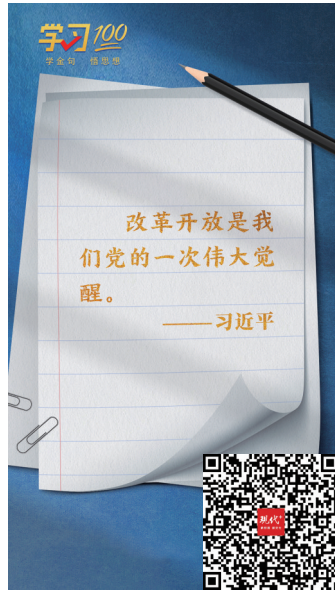
心中有“数”

2023年国民经济和社会发展统计公报显示:

全年货物进出口总额417568亿元,比上年增长0.2%。

货物进出口顺差57883亿元,比上年增加1938亿元。

对共建“一带一路”国家进出口额194719亿元,比上年增长2.8%。



出品 江苏省习近平新时代中国特色社会主义思想研究中心
制作 现代快报+

学习感悟

一个个来之不易的开放成就,生动述说着改革开放的故事。作为桥梁建设的参与者,我们更应潜心钻研、攻坚克难,努力将祖国大好河山紧密相连,为共创美好世界提供“中国方案”。

现代快报/现代+记者 蔡梦莹 李娜

5.65秒! 7岁女孩刷新世界纪录



比赛现场 通讯员供图

现代快报讯(通讯员 缪凡 杨余燕 记者 严君臣)3月10日上午,2024世界魔方协会魔方公开赛(洛阳站)启幕,海安7岁女孩曹岂娴以单次4.86秒打破三阶魔方女子单次中国纪录,平均5.65秒再次打破三阶魔方女子世界纪录。

本次魔方比赛吸引了来自全国各地以及国外的200名选手同台竞技,在三阶魔方速拧项目上的五轮比赛中,曹岂娴的发挥始终稳定、出色,初赛平均成绩5.75秒、复赛平均成绩5.65秒,一天内连续两次打破该项女子世界纪录。连续两轮都打破了世界纪录,曹岂娴很开心,也让她更有动力去接受更高的挑战。

曹岂娴是海安市实验小学一年级的学生,从幼儿园第一次接触魔方开始,她就很感兴趣。2021年暑假,曹岂娴参加了“最强大脑”魔方冠军王鹰豪的暑期魔方提速夏令营。夏令营后,王鹰豪正式收曹岂娴为徒,开启了她的竞赛之路。“曹岂娴在魔方上有着极大的天赋,学习速度也非常快。”王鹰豪说。

成功的背后,是漫长的坚持。

学习魔方要牢记魔方复原公式,随机打乱的魔方,要迅速找出用最少的步骤复原的方法。日常生活中,两秒转瞬即逝,但在曹岂娴的魔方世界里,两秒,是日复一日的刻苦训练。曹岂娴的妈妈钱晶晶告诉记者:“这次的成绩意料之中,发挥出了在家的练习水平,努力总是会有回报的。”

小小萌娃,大大能量。据悉,在2023年世界魔方协会举办的魔方国际公开赛上,曹岂娴就曾以5.97秒打破三阶魔方速拧女子世界纪录,也成为世界上第一个平均6秒以内的女子选手。曹岂娴告诉记者:“我将继续努力练习,早日突破三阶魔方平均5.5秒的成绩,备战明年美国西雅图的世界魔方锦标赛。”



扫码看视频