



## 荔枝玩“冻龄” 怎样吃更健康

夏天是荔枝味的。今年夏天，除了应季鲜果，荔枝也玩起了“冻龄”，一种借助液氮超低温冷冻锁鲜技术，让荔枝迅速处于相对休眠状态，冻龄荔枝由此得名。那么，这种“激冻”过的荔枝和自家冰箱冷冻的荔枝有什么区别，怎么吃更美味更安全呢？

### “缓冻”和“激冻”的区别

把荔枝放到-18℃的冰箱冷冻室，属于缓冻。缓冻冻结速度较慢，一般需要超过30分钟才能“冻透”，这样易使食品细胞内形成较大冰晶，刺破细胞，导致食物营养流失，从而影响荔枝的风味和品质。冻龄荔枝则是通过液氮超低温冷冻锁鲜技术，以液氮为冷源，同时通过技术措施让

环境温度迅速降到-196℃，从而显著减缓荔枝的细胞代谢速度，让荔枝迅速处于相对休眠状态。

超低温速冻加工的荔枝，细胞结构留存率接近90%，所以营养物质丢失的情况相对较少，即使保存10个月，解冻食用时仍色泽鲜红、口感如初。相对而言，自己冷冻的荔枝因为冻结速率慢，解冻后汁液流失率高、颜色褐变快、营养成分损失相对较大。但消费者自己冻荔枝，如果操作得法，比如选择新鲜完整的荔枝、做好清洗干燥和分装密封，短期内也能保鲜，半解冻时吃着也很清爽，但营养和风味物质则随着时间变长而流失较多。

### 冻龄荔枝不安全吗

有人质疑荔枝之所以能“冻龄”，是不是使用了防腐剂、添加剂等。其实，冻龄荔枝采用的是超低温速冻的纯物理手段，让低温迅速越过冰晶生成带，减少荔枝细胞组织冻伤程度，减缓荔枝细胞代谢，同时也限制生物的生长和活动，从而达到长久保存效果，这个过程无须防腐剂和添加剂的参与。

尽管冻龄荔枝本身安全性毋庸置疑，但有些“耐寒型”细菌，即使是在低温条件下也能正常生长繁殖。所以，冻龄荔枝超过10个月后，品质和营养价值也可能逐渐失去“最佳状态”。因此，对于已经冰冻了一年的



荔枝来说，营养价值已经很低了，不建议再继续食用。另外，冻龄荔枝无论是储存还是运输过程中，温度必须严格控制在-18℃。因此消费者选购时应留心这些荔枝是否在-18℃环境中储存陈列，同时买回家后也需要存放在家中冰箱的-18℃环境中，以保持其最佳状态。

### 冻龄荔枝怎么吃更美味

食用时需提前将荔枝从冷冻室取出放到冰箱冷藏室解冻，这样不仅可以规避荔枝表面微生物大量滋生问题，而且可以最大程度保留荔枝的营养成分，维持其原有口感和味道。食用时，要注意荔枝果皮是否完好，如果表皮破损则有可能存在被微生物污染的风险。解冻的荔枝最好在两小时内食用完毕，并且不建议再冷冻。如果解冻后的荔枝出现酸味或酒味，说明品质发生了变化，也不宜再食用。

(晓澜)



## 什么样的机油更适合混动汽车

随着汽车技术的发展，不少消费者选择购买没有续航里程担忧的混动汽车作为代步工具。那么，混动汽车保养时所用的机油和普通燃油汽车用机油是否相同？选购时应注意什么？

混动汽车搭载了两套动力总成，一套为燃油发动机系统，另一套为电动机系统。常见的插电式汽车和增程式汽车都属于混动汽车，都有两套动力系统。据庞大汽车园区风华奥迪4S店服务顾问王跃文介绍，多数情况下，4S店所属品牌主机厂为混动车型所安装的燃油发动机与燃油车型所安装的发动机属同类型号。同样，主机厂为4S店混动车型配备的保养机油也属于通用型号，不存在混动车型专用机油型号的说法。但是在普通汽配店，混动汽车机油保养服务则更为精细化，在汽配店做汽车机油保养的消费者，往往需求私人定制化的服务。有的消费者为了性价比会选择使用非原厂机油，也有消费者为了提升驾乘感受而选择较为昂贵的特种机油，但不同品质的机油为车辆提供的可行行驶里程是相同的。无论做什么选择，消费者都应该记清机油使用

参数，定时、定里程为汽车做保养。

记者从汽车之家论坛相关技术文章中了解到，传统燃油车一旦启动，发动机就会不停运转，机油就会对发动机起到稳定保护的作用。而油电混动汽车的发动机和电动机会在不同行驶情况下轮流发挥作用，车辆低速行驶时电动机启动，高速行驶时发动机开始工作。这就使得混动汽车发动机启停次数是燃油车的数倍。当燃油发动机熄火时，车辆管道内的机油会流回底壳。当燃油发动机启动后，机油泵将底壳的机油输送到相应润滑部位，再经过一段时间，稳定的润滑油膜才能达到润滑状态。没有机油有效润滑的这段时间，发动机最容易产生磨损，所以混动汽车最忌讳连续大幅度变速和频繁启停发动机。因此，为了延长车辆的使用寿命，在同级车型中，给混动汽车使用的机油性能一般要好于燃油汽车。

“消费者驾驶混动汽车到店内做机油、机滤保养，最喜欢选购两种型号的机油，一种是到20000公里保养的美孚黑金罐装机油，一种是到10000公里保养的美孚全效桶装机

油。这两种机油质量都不错，不易出现乳化现象，是混动汽车专用的。”美孚1号车养护大同盈慕店技师刘宗阳告诉记者，汽车发动机在正常运转下会有少量水汽产生。传统燃油汽车发动机的温度足够高，发动机内的水分会蒸发成气体从排气管中排出，而混动汽车运行时如果发动机经常启停，发动机缸内温度较低会影响废气和水分的排出。

消费者如果选择网上购买原厂机油，最好前往该品牌机油的官方旗舰店，否则容易买到假货。壳牌、美孚、长城、昆仑等老牌知名机油厂商的部分定制产品，对比4S店的通用机油性能更佳。

(焦燃)



## 建行大同分行 开展“智慧金融伴晚年”活动

本报讯 为提高老年群体的金融知识水平和风险防范意识，近日，建行大同分行结合老年群体金融消费场景，开展了“智慧金融伴晚年”金融知识普及宣教活动。

此次活动以“智慧金融伴晚年，安全守护在身边”为主题，通过现场讲座、发放宣传册、互动问答等多种形式，向老年人普及金融知识，着重强调与养老相关的法律法规、政策动态等。活动还通过短视频等多媒体手段，生动直观地展示了电信网络违法犯罪的新形式、新手段，旨在提高老年客户的防范意识和防骗技巧。

活动期间，该行工作人员深入了解了老年人在办理银行业务中遇到的困难，并针对这些问题积极推进线上线下适老化服务的改造。通过优化服务流程、提供便捷的金融工具、加强员工培训等措施，加快养老金融产品和服务不断创新，努力解决老年人面临的“数字鸿沟”。此外，该行还积极向老年人介绍银行现有的适老化服务，如大字版服务界面、语音提示、优先窗口等，确保老年人能够方便、快捷地体验金融服务。

下一步，该行将继续关注老年群体的金融需求，不断优化服务流程和产品创新，为老年人提供更加贴心、便捷的金融服务，让他们真正感受到金融科技带来的便利。

(丽华 杨雪峰)

## 建行大同分行 开展消费者权益保护宣传活动

本报讯 为增强公众金融法律意识，提高风险防范能力，引导公众树立正确的理财观念，提高金融素养，近日，建行大同分行开展了以“普及金融知识，守护幸福家园”为主题的宣传教育活动。

活动中，该行组织人员深入社区、学校、商圈等，通过悬挂宣传横幅、派发宣传单、举办金融知识讲座等多种形式，向公众普及金融知识，引导公众树立正确的理财观念，提高金融素养。同时，工作人员向公众介绍了银行的各种金融产品和服务，解答了大家在金融消费中遇到的问题和困惑。

针对老年群体，该行工作人员用通俗易懂的语言详细讲解了非法集资、养老诈骗、网络传销的防范常识，并通过案例分析，揭示了金融诈骗的形式、特点和危害，帮助老年人认清非法集资和传销的本质，提高风险防范能力。同时，工作人员还向老年人传授了遇到可疑人员时的防范技巧，提醒他们切实守好自己的“钱袋子”。

此次活动的开展，有效提高了公众对金融诈骗的防范能力。接下来，建行大同分行将继续秉承“以客户为中心”的服务理念，不断创新金融知识普及方式，提高宣传教育的针对性和实效性，为市民提供更加优质、高效的金融服务。

(左谕 杨雪峰)