

“红爵轻卡·寻味大同”之环湖慢骑行

与晚秋对话 共岁月欢颜

本报记者 牛瑞芳



碧云天，黄叶地，秋色连波，波上寒烟翠。一场秋雨，让人们遇见了最美的晚秋文瀛湖。

10月19日上午，“红爵轻卡·寻味大同”环湖慢骑行活动在文瀛湖森林公园太阳广场举行。30多名骑行爱好者共同开启了一段充满活力与诗意的骑行之旅，对话晚秋，感悟生活，轻松自在，浪漫有趣。

此次活动是“红爵轻卡·寻味大同”第四季的第三场。

深秋的文瀛湖美不胜收。黄的、红的、绿的，各种颜色的树叶随风飘落，给大地穿上了华美的衣裳。湖水

在微风的吹拂下泛起层层涟漪，与湛蓝的天空、洁白的云朵交相辉映。天气虽然有些寒凉，但丝毫抵挡不住骑行者们高涨的热情。随着印有“轻松生活、自在大同”的令旗落下，身着鲜艳装备的骑行者们穿梭在如画的风景中，开始环湖慢骑行。骑手们臂膀上、自行车上贴着的“红爵轻卡”标识也随风流动起来，形成一道美丽的蓝色风景线。

红爵啤酒起源于荷兰，已有150多年的历史。红爵轻卡“三轻一全麦”的产品标准，为消费者带来了全新的啤酒体验，轻卡无负担。人们在追求美味的同时，更加关注食品对身体健康的影响。在这种趋势下，红爵轻卡啤酒应运而生。红爵轻卡啤酒每100毫升的热量仅为27千卡路里，约等于50克苹果的可食用部分；口感轻盈，清爽易入口。红爵轻卡啤酒酒体清澈透明，泡沫质感细腻，口感格外清爽，完美迎合了年轻消费者群体对轻盈口感的追求和喜爱；轻松生活，自在随行。无论是与朋友聚会用餐，还是日常用餐，亦或是户外休闲用餐，红爵轻卡啤酒都是最佳的饮品选择之一，它的“无负担”特质能给人们在用餐时增添一份轻松愉悦。而“一全麦”则是指全麦酿造。红爵轻卡啤酒秉承“红爵”自1870年以来不断累积的技术与酿造工艺，甄选高品质的纯进口麦芽、高品质酵母作为原料，悉心酿造而成。

骑行者们环文瀛湖前行，他们一

边欣赏着深秋的美景，一边感受着骑行带来的快乐。热爱骑行的小秋是一位“95后”，采访中她说，骑行是一种健康、时尚的生活方式。平时工作十分忙碌，每到的周六日，她都尽可能参加一些骑行活动。“骑行不仅可以锻炼身体，还能让人心情愉悦，带来无尽的快乐与感动”，小秋说。

上午11时20分许，骑行者们陆续回到起点，环湖慢骑行活动圆满结束。秋风如诗人笔触，让骑行者满载诗意而归。



推荐



熊猫庄园

你敢信吗？在开源街小编居然遇到了熊猫。虽然不是真熊猫，但是这家以国宝熊猫为IP的熊猫庄园让人称奇。庄园内设计感满满，几乎每一个角落都适合拍照留念，馆外还有简易的儿童游乐设施，可供孩子游玩，实在是遛娃的好去处。

这座熊猫庄园位于开源一号工业园内，其设计元素大量运用可爱的熊猫形象。园区内有较为完善的功能设施，除了美学馆、图书馆、咖啡馆、礼品区域还有住宿的地方。美学馆内有很多的美术作品，可以欣赏拍照，也可以和孩子一起动手，感受一下安静画画的乐趣。这里不仅提供儿童美术教学，而且成人也可以报名学习。这里的图书馆有着大量的图书，阶梯形的阅读区域不但让您可以安心读书，打卡拍照也别有意境。除此之外，自主创作的各种熊猫玩偶，每一个都可爱得让你不能撒手。

小编最中意的是它的咖啡馆，里面的咖啡种类特别多，纯正的美式还有各种调味咖啡都是手作现调，味道纯正浓厚。带着孩子来这里，一边自己可以放空休闲，一边还能让孩子或是游乐或是学习，是非常值得一去的新晋打卡地。

(孟维鹏)

时令茶道(18) 霜降

喝一杯普洱 品悠长岁月



霜降，是二十四节气中的第十八个节气，秋季的最后一个节气。“霜降”是一年之中昼夜温差最大的时节。由于“霜”是天冷、昼夜温差变化大的表现，故以“霜降”命名。

霜降时节，谦益泰茶庄负责人马铮建议泡一壶普洱熟茶正适合已感寒凉的晚秋。

马铮介绍说，普洱茶源自云南省，是以云南大叶种晒青毛茶为原料加工而成，有普洱熟茶和普洱生茶之分。普洱熟茶是采用人工渥堆发酵技术加工制成的茶，属于后发酵工艺的黑茶类。“与普洱生茶相比，普洱熟茶口感较为柔和，因为制作过程中，茶叶在湿度和温度控制下进行发酵，所以茶性变得温和，口感更为醇厚。”马铮说，普洱熟茶在发酵过程中形成多种有益菌群，可以减少小肠对甘油三脂和糖的吸收，提

高酵素分解腰腹部脂肪，同时还能改善肠道微生物环境，具有顺肠胃的功能。普洱熟茶中还含有茶红素、茶黄素、茶褐素(TB)和维生素C等，这些物质有助于提高人体免疫力，可以增强人体对寒冷气候的适应能力。此外，普洱熟茶中的单宁酸经渥堆后大幅降低，而水浸出物、茶多糖等都有所提高，这些都是“降三高”的有效成分。

马铮建议，普洱熟茶使用紫砂壶冲泡，尤其是有些年份的老茶。投茶量8克左右，冲泡前，先将茶具用热水温一下。冲泡时用100℃的沸水，这样的水温能激发茶叶中的香气，更有利于内含物质的析出，喝起来滋味才有质感。再加上紫砂壶的保温性好，冲泡时用淋壶提温，能使茶叶的香气、滋味物质充分释放，从而使茶汤口感更加饱满、爽滑。

当热水冲进茶壶，瞬间就有一股浓郁而独特的香气冒出来，像古老森林里清晨的雾气，带着泥土的厚实、树木的深沉，还有一丝发酵后的神秘香甜。茶汤倒进杯子里，颜色红得像深秋的枫叶。端起杯子凑近一闻，香气更加浓郁，夹杂着淡淡的陈香，岁月沉淀的韵味都融在了茶香里。茶汤在嘴里打个转儿，像丝绸般柔滑，先是醇厚微苦，然后是一阵甜丝丝的回甘。再搭配一些小甜品，暖暖的茶香更加令人心醉。

普洱熟茶发酵、陈化，就像经历了一场漫长的修行，每一片茶叶都承载着时间的记忆。不管你是在忙碌的午后想要放松一下，还是在寂静的夜晚想找个温暖的陪伴，普洱熟茶都是绝佳的选择。喝着它，慢品悠悠岁月……

(牛瑞芳)

2024《大同晚报·美食周刊》大同日报传媒集团全媒体美食频道战略合作伙伴



弘扬古都大同餐饮文化
续写国际美食之都传奇



地址：大同市五州帝景二期B2号楼
联系电话：0352-7273777



一部：平城区向阳东街红旗集贸北门对面
二部：平城区明堂公园东门柳泉街
三部：平城区柳港园A区A3-5号商铺
电话：13233525885 0352-8888185



孕期餐免费体验
关爱孕妈妈 健康下一代