



市民采到直径16厘米“大馒头”蘑菇

专家：该蘑菇学名马勃 有一定药用价值



王先生展示他采到的“大馒头”蘑菇。

本报讯（记者周子琪 文/摄）6日，市民王先生致电本报称，他在尧山的树林里发现了一个像圆球一样的蘑菇，他在网上查询了一下发现，这似乎是一种很稀有的品种。

王先生在尧山内经营着一个农庄，5日傍晚，他在农庄的树林里捡鸡蛋时，无意间发现了一个白色的球状物。“我走进一看，似乎是一种蘑菇，我从来没见过这么大的蘑菇，担心它有毒，我只拍了张照片就离开了。”王先生说，当天晚上他将拍的照片发到了朋友圈里，没想到有不少朋友回复说，从来都没见过这种蘑菇，感觉很稀奇。还有的朋友告诉王先生，这好像是很少见的白地菇。

担心这个大型的白蘑菇被散养在庄园里的土鸡啄坏，第二天一大早，王先生就把这颗白蘑菇采了下来。7日下午，记者来到了王先生的农庄，他从冰箱里取出一个盘子，里面装有一个用塑料袋套着的形似大馒头的东西，王先生说：“这就是我采到的白蘑菇。”打开塑料袋之后，记者看到，这个蘑菇通体雪白，像一个大面团，直径约为16厘米，重438克，其根部较小，摸起来软软的，凑近闻有蘑菇味。

“我家正好有亲戚从事多年香菇的生意，他们看到后都表示从来没有见过这种大型的蘑菇。”随后，王先生拿出手机向记者展示他在网上查到的相关视频资料说，他采到的这个蘑菇和网上拍卖的极为相似，没想到这个蘑菇的售价竟然这么高，而且他还在网上看到，有些采到同样蘑菇的人说，它吃起来像豆腐一样的口感，很鲜嫩。“我还将这个蘑菇放到了农产品展示的网上，没料到还有几个人问我这个蘑菇怎么卖。”王先生说，感觉这个蘑菇有一定的价值，他也希望能给专家看看，这个大型白蘑菇是否像网上查到的那样。

记者随后联系到了广西师范大学生命科学学院的副教授谢强，他仔细观察记者提供的照片后介绍说，这个蘑菇学名为马勃，人们俗称“马粪包”，在林地、灌木丛以及地下的枯枝落叶层中、腐烂的草堆中生长很常见。其长大成熟后会爆开，内有粉末状孢子，可用于外伤止血，具有一定的药用价值。“马勃在农村里比较多见，但很少看到有人食用。”谢强说，每年都会有人因误食有毒菌类入院治疗，从安全的角度来讲，无论是否有毒，都尽量不要食用野生的菌类。

“疫情肥”恼人 减肥成朋友圈热词



在清秀路，一家商铺的减肥宣传画吸引了路人的关注。

今年因为疫情，市民获得了一个超长“假期”，不少市民在练就各种厨艺的同时也埋下了“增肥”烦恼。近日，不少市民在微信朋友圈吐槽“疫情肥”，与此同时，减肥成了朋友圈的一个热词。

不少市民吐槽“疫情肥”

“我身高1.74米，体重66公斤，原本的标准体重，几个月内硬生生的变成了超重体重。”家住九华路的伍先生，最近在微信朋友圈吐槽自己“肥得变样”的烦恼。原来，伍先生是一个运动达人，平常总是非常注重自己的体形。但是，从春节至今，他的体重从66公斤飙升至75公斤。谈起体重飙升的原因，无外乎就是自己吃得太多，运动得太少。

伍先生说，春节本来就是容易体重飙升的一段时期，活动频率减少，再加上大鱼大肉、各种碳酸饮料，很容易长胖。更重要的是，今年疫情期间，出门的频率少，几乎是天天呆在家里做各种美食、品尝各种美食，然后就是躺沙发、看电视、吃零食，肥肉就不知不觉地增加了。

因为伍先生做的是销售，复工复产后也很少去办公室。最近，因为工作量增加了，去办公室的频率多了起来，“同事们都说我‘长圆了’，这个评价，太扎心了。”

家住解东社区的蒋女士，最近也在微信朋友圈晒出了体重对比图。去年春节前，她晒出的体重是60公斤；5月底，她的体重是67.5公斤，还配上了哭泣的表情。蒋女士说，她身高1.6米，原本体重就不怎么轻盈，漫长的寒假过后，她的体重再攀“高峰”。特别是到了夏天穿上换季的衣服，才发现去年穿着合体的裙子、T恤等，都得放进衣柜，原因就是自己太胖了。

此外，还有不少市民也纷纷在微信朋友圈吐槽“疫情肥”，表达着增肥后的无奈和愁闷。

市民掀减肥热潮

家住七星区鸾西一区的覃女士，因为过去的几个月期间体重增加10斤左右，选择了去一家美容美体中心减肥。覃女士说，她自己本身不爱锻炼，在很短的时间内没法减肥，只好去美容美体机构体验一下，“毕竟花了钱，才能忍住嘴，才能在短时间内看到效果。”

与覃女士选择去美容美体机构减肥不同，伍先生决定依靠锻炼和合理饮食相结合的方式减肥。伍先生说，“疫情肥”产生的根源，就是吃得太多，运动得太少，他相信：只要能管住嘴，迈开腿，经过一段时间坚持，体重一定能恢复到标准水平。如今，坚持运动减肥一个月左右，他的体重已经由75公斤降至72公斤。

记者走访了解到，不少减肥机构在这两个月期间纷纷涌现。从观音阁往芦笛路方向，再延伸至清秀路，约2000米左右的街道两旁，有4家减肥机构。居住在这一带的市民罗女士告诉记者，这4家减肥机构其中有3家为最近一个月新开。

在九华路经营着一家中药养生店的秦女士告诉记者，她的店原本主营中医按摩，中医减肥只是附带项目。从今年4月至今，很多顾客来咨询中医减肥项目。从5月初至今，每天来该店做中医减肥项目的人络绎不绝，“大多数都是因为疫情期间有增肥烦恼的顾客，大家都想尽快甩掉肥肉，恢复健康体重。”

营养学家：

减肥需讲究安全和科学

虽然减肥成了当下不少市民的紧急需求，但是如何安全、有效地减肥，依然是大家关注的重点。对此，桂林市人民医院营养科副主任医师、营养科主任谢琪说，健康地减肥，需要根据自身情况选择安全和科学的方法。

谢琪说，医学减肥分三种方式。第一种是低能量、低营养模式，就是控制总能量，降低总的营养物质摄入的模式。第二种是高蛋白模式，就是尽量不吃主食，多吃蛋白质，动员脂肪来供能。第三种是轻断食模式，也称间歇式断食，指的是一周中5天相对正常进食，其他2天（非连续）则摄取平常能量的1/4。

“每一种减肥方式，适合不同的人群。”谢琪说，比如肾功能不全的人群，不适合高蛋白减肥模式；而轻断食模式，适合需要减肥的年轻女性。

“要选择合适自己的方式，才能达到健康减肥的目的。”谢琪说，健身人士长期保持相应的运动与饮食习惯，才不会有增肥的烦恼。而需要减肥的人群，需要根据自身体质，选择合理的减肥方法并持之以恒，才能健康、安全、有效地达到减肥的目的。记者秦丽云 文/摄

拍卖公告

受委托，我公司定于2020年6月19日上午10时起至2020年6月19日上午10时30分止（倒计时长除外）在联拍网（www.lp113.com）举行网络拍卖会，按标的实物现状公开拍卖：

闲置机器设备一批，起拍价：1625万元，竞买保证金：500万元。

我公司在桂林市漓江路28号中软现代城写字楼9楼拍卖厅设立拍卖监督室供委托方现场监督网络竞拍。

有意者请自公告之日起与我公司联系、看样，持有效证件到我公司办理竞买手续，并按规定交纳竞买保证金。

看样时间：2020年6月16日至6月17日。
报名截止时间：2020年6月19日上午9时30分（以竞买保证金汇至我公司指定账户为准）。

联系电话：0773-2882799 13707738857
公司地址：桂林市漓江路28号中软现代城写字楼9楼

广西鑫盛拍卖有限公司
2020年6月8日