

元宵节将至，你家汤圆备好货了吗？

汤圆产品“卷”出新高度，购买食用注意细节

□本报记者张苑 通讯员马琼

元宵节离不开“甜甜蜜蜜”汤圆的相伴。近期，我市各大商超积极备货，展柜里各种口味的汤圆一应俱全，成为当下的热销品，让节日市场再度升温。

元宵节将至，你家的汤圆备好货了吗？面对众多品牌、不同口味的汤圆，消费者该如何选购？汤圆怎么吃才能美味又健康？日前，桂林市市场监管局发布元宵节消费提示，提醒广大市民欢乐闹元宵，快乐不堵心。

记者走访：

汤圆集中上市，“颜值”和口味都很“卷”

连日来，记者走访发现，今年汤圆市场玩起了新花样，不仅馅料呈多样化，就连外皮也向传统面皮“叫板”。同时，商家各种营销，赠送活动搅热了“元宵经济”。

我市各大商超的汤圆销售区都被装饰得特别喜庆。醒目的“闹元宵”标语牌和各品牌汤圆的促销牌一字排开。冰柜里摆放着各式各样的汤圆，无论是“颜值”还是口味都“卷”出了新高度。色彩鲜艳的炫彩汤圆、小巧可爱的珍珠汤圆，还有专门为小朋友设计的卡通形状汤圆、寓意“好事发生”的柿子形状汤圆……让人眼花缭乱。馅料上，除了黑芝麻、花生等传统口味外，还有樱桃味、榴莲味、黄桃味等水果味汤圆。此外，奇亚籽茉莉、白桃乌龙等新奇口味的汤圆也挑战着年轻人勇于尝鲜的好奇心。此外，记者发现，为迎合消费者的不同需求，今年不少商家还推出了主打健康、低卡的汤圆产品，大黄米、红高粱、南瓜黑芝麻等低糖和粗粮产品十分走俏。

“元宵节吃汤圆其实是一种习惯和仪式感。”在七星区一家超市里，正在选购汤圆的陈女士说，如今汤圆口味不断推陈出新，不仅让传统文化在传承中创新，同时也凝聚着商家的匠心。

消费支招：

选购食用汤圆，注重细节更安心

面对市场上琳琅满目的汤圆产品，消费者如何选购？记者采访了桂林市市场监管局的专业人士，请其为消费者支招。

提示一：购买汤圆，谨慎选择

市场监管人员建议消费者优先选择大型的超市、商场或集贸市场、正规电商平台等购买汤圆，最好选择信誉好、质量稳定的知名品牌。购买时，首先要注意查看包装袋是否密封完好，包装上食品名称、生产厂家和联系方式、生产日期、保质期等标识是否齐全。超保质期、标签标识不全、文字不清晰或有篡改痕迹的产品不要购买。其次，要仔细查看汤圆外观，选择颜色正常、形态圆正、无露馅、无粘连的产品；购买现场制售的散装汤圆时，除仔细查看外观，还要闻气味，不选择有异味的产品。同时要注意质价相符，尽量不要购买价格过低的汤圆，谨慎购买流动摊点的散装产品。

提示二：科学贮藏，避免变质

目前，桂林市场上的汤圆品种繁多，馅料五花八门，不同的馅料保质期不一样。应按照标签上的贮藏要求冷冻保存，尽快食用，不可长时间放在冰箱冷藏贮存，避免发霉变质造成浪费。

提示三：食用汤圆，健康第一

传统汤圆以甜味为主，主要配料包括糯米粉、淀粉、白砂糖等，糖分和油脂的含量相对较高，不易消化。若一次性食用过多，可能会引起胃部不适。因此，建议消费者适量食用，尤其是消化系统相对较弱的老年人和儿童更要注意食用量，糖尿病和心脑血管病等特殊疾病患者更要谨慎食用。



▲市民在超市选购汤圆。
记者张苑 摄

▼寓意“事事如意”的柿子形状汤圆。
记者张苑 摄



▶新奇口味的汤圆挑战年轻人的味蕾。
记者张苑 摄

各社区“花样”活动喜迎元宵节

□本报记者陈静 张苑

又是一年元宵佳节到来。连日来，为了丰富群众文化生活，使广大居民感受传统节日文化，我市多个社区举办了形式多样、别开生面的元宵节活动，从包汤圆、猜灯谜、做花灯到剪纸、文艺演出等，营造了喜庆、欢乐、文明的节日氛围。

糯米粉分别跟紫薯、南瓜、抹茶搭配，做成紫汤圆、黄汤圆、绿汤圆……2月21日上午，秀峰区解东社区组织居民、党员志愿者等近50人在社区开展元宵节主题系列活动。大家聚在一起制花灯、做汤圆，好不热闹，一大锅彩色汤圆好看又好吃。“闹元宵活动是我们社区的传统保留活动，大家聚在一起包汤圆吃汤圆，象征团团圆圆幸福美满，既让大家感受到传统文化的魅力，又拉近邻里感情。”居民张阿姨一边吃汤圆一边说。在活动现场，孩子们还将亲手制作好的汤圆端给老人们品尝，大家一起提前感受元宵节的热闹氛围。

“你看，我做的花灯漂亮吧！”“我跟爸

爸配合制作的是飞龙花灯。”在秀峰区解东社区“龙灯闹元宵、节日感党恩、共话新时代”活动现场，孩子们兴奋地提着自己制作好的花灯向记者展示。2月21日上午，秀峰区解东社区组织辖区的居民家长和孩子一起制作龙年主题花灯，现场一片欢声笑语。随后，社区还开展了燃气安全知识、反对餐饮浪费等知识问答活动，也受到大家的热烈欢迎。

2月21日上午，秀峰区榕湖社区开展了“巧手做花灯、元宵感党恩、共话新时代”活动，社区工作人员、社区党员、退休人员、少数民族代表、社区志愿者等欢聚一堂，做花灯、猜灯谜、品汤圆、闹元宵。孩子们和爷爷奶奶、阿姨们一起协作，一步步地搭建、固定、组装，一个个精致的花灯呈现在大家眼前。

花灯做好了，自然少不了猜灯谜。居民们有的独自冥思苦想，有的全家一起讨论，猜中了谜底后一个个欢欣雀跃。在欢声笑语中，每个人都感受到传统文化的魅力。

2月21日上午，七星区五里店社区新

时代文明实践站联手爱心企业，为社区里的空巢老人送上了一顿充满温情的“汤圆大餐”。活动特别邀请辖区8位空巢老人参与，其中最长年的已90岁高龄。在社区志愿者的陪同下，老人们走出家门，走进五星级酒店，与邻居们一起热热闹闹庆元宵。

包汤圆是此次活动的“重头戏”。志愿者们和老人分工协作，将糯米粉捏成小团、包馅揉搓……忙得不亦乐乎。平日里寡言少语的老人也兴奋地向年轻人传授包汤圆的传统技艺。不一会儿，一个个滚圆多彩的汤圆摆满了餐桌。随后，志愿者们将汤圆下锅煮好，一碗碗端到老人手上。老人们吃着甜甜糯糯的汤圆，笑得合不拢嘴。

据五里店社区负责人介绍，该社区组织空巢老人集中过元宵的活动已经坚持多年。多年来，不仅有社区精心组织、志愿者积极参与，还有越来越多的爱心企业加入这场爱心活动。大家都有一个共同目的——在元宵佳节来临之际，传递尊老敬老的优良传统，为空巢老人送上团圆的“仪式感”。



▲在解西社区，居民们齐聚一堂包汤圆。记者陈静 摄



▲在解东社区，小朋友迫不及待地舞动刚制作好的龙灯。记者陈静 摄



▲在榕湖社区，居民们一起猜灯谜。肖婷 摄



▲五里店社区工作人员和志愿者把煮好的汤圆送给老人们。记者张苑 摄

桂林火车站：800米爱心“接龙” 助力伤病旅客返程

本报讯（记者苏展 通讯员李育全 郑长贤 文/摄）近日，一幅暖心的画面在桂林火车站呈现。一位外地游客在返程途中因意外摔伤造成行动不便，其家属经与桂林火车站沟通后，车站组织人员使用软担架人工“接龙”的方式，将游客抬上站台，助其顺利搭上了返程列车。

据了解，今年春节假期，周先生与祝女士从湖北省麻城市来桂林旅游，期间祝女士不慎摔伤胸椎，行动不便，需要回麻城疗伤。为此，周先生提前通过中国铁路12306网站申请了重点旅客预约服务。桂

林火车站接到重点旅客预约后，第一时间联系周先生，对接出行细节。考虑到祝女士是胸椎摔伤，无法行走和坐立，车站方与周先生商议后，决定使用软担架人工“接龙”的方式，将祝女士抬上站台。

2月18日正月初九，正值返程客流高峰。当天11时许，周先生和祝女士搭乘汽车如约抵达桂林火车站站前广场。提前在此等候的桂林火车站工作人员将祝女士合抱上担架，一旁的客运员协助开通重点旅客专用进站通道。

周先生、祝女士当天乘坐的G3592



▲火车站工作人员使用担架把受伤旅客抬到站台并送上列车。