

又一波“水果自由”来了！

本地“秋果”新鲜上市 “贵族果”降价渐亲民

深秋时节，瓜果飘香。桂林本地的秋季水果品种十分丰富，市民的“果篮子”也不断丰富了起来。记者近日走访市区水果市场发现，以本地柑橘类、柚子、柿子为代表的时令水果已纷纷上市，吸引不少市民购买。今年秋令水果市场价格如何？记者进行了一番打探。

本地“秋果”新鲜上市

10月25日，家住红岭路的市民李先生在家附近的水果超市买水果时发现，橙子、桔子、柚子明显多了起来，询问店员得知都是本地产的，他花10元购买了3斤桔子。“我们家比较喜欢吃酸味的水果，现在的本地桔偏酸，果味很浓，而且价格便宜，感觉我的秋季‘水果自由’来了。”

近日，记者走访了市区多家水果店、水果批发市场了解到，秋季是桂林本地水果品种最丰富的季节，特别是柑橘类水果产量很大，如今一些早熟的品种已经开始扎堆上市，价格也不算贵。

在漓江路一家水果超市内，记者看到店员一直在忙着制作外卖果切。店员黄女士告诉记者，最近卖得最好的都是时令水果，比如柿子、桔子、柚子、石榴、甘蔗、梨子等。目前本地脆柿为4.8元/斤、脐橙为6.8元/斤、早熟柑为10元3斤、甘蔗为10元一根，山东的甜蜜梨为10元3斤。“柑橘刚刚上市，价格不算便宜，但是相比去年刚上市时略低了一些，柿子和梨子都比刚上市时便宜了不少。”黄女士说。

在五里店果蔬批发市场，记者发现柑橘类、柚子、百香果等本地水果批发摊点逐渐增多，原本卖本地西瓜的门店，基本“清一色”都换成了柑橘批发。

做了10多年柑橘批发生意的赵先生告诉记者，目前桂林本地柑橘类水果主要有早熟柑、脐橙和脆皮金桔。早熟柑最便宜的批发价每斤最低为1.1-1.2元，脆皮金桔小果每斤为2元以下，中果每斤为4-6元，大果每斤为6-8元，价格和去年相差不大。“11月以后本地柑橘会更多、更甜，比如南丰蜜桔、沃柑要11月以后会陆续上市，本地砂糖橘则要等到12月份。”

据柚子批发商黎先生介绍，此前市场内基本都是批发外地柚子，10月中旬开始，本地柚子多了起来。目前店里销售的红心蜜柚、沙田柚均产自阳朔县。“今年桂林的天气好，柚子的品质也比去年好一些，价格和去年差不多，蜜柚批发价为2.6元/斤，沙田柚为3元/斤。”

据悉，本地脆柿逐渐进入尾季，价格也相比刚上市时便宜了不少。批发商黄女士说，脆柿刚上市时批发价为2块多钱一斤，目前最低价跌到了1块钱左右一斤。



↑五里店果蔬批发市场内，各种秋季水果扎堆上市。

部分“贵族水果”降价了

记者在走访中注意到，一些大家公认的“贵族水果”价格目前出现了松动，想尝鲜或者饱口福的市民可以抓住机会“捡漏”。

曾被坊间誉为“葡萄中的爱马仕”的“阳光玫瑰”葡萄价格今年可以用“惨淡”来形容，往年几十元一斤的“阳光玫瑰”，现在在水果超市里也不过十几元一斤，部分市场水果摊的“阳光玫瑰”甚至跌到了每斤10元以下。

铁西小区附近一家水果超市的店员刘女士告诉记者：“阳光玫瑰”根据品质不同，价格也不同。“往年动辄三五十元一斤的‘阳光玫瑰’，目前品质较好的也才卖到20元左右一斤，而最便宜的只要9.9元一斤，买的人还是挺多的。”

而另一款“贵族水果”突尼斯软籽石榴，由于国内大量引种，近年来的价格也是逐年下跌。

家住鲁山路的市民唐女士是软籽石榴的爱好者，前几天她在水果超市仅花10元买到了4个软籽石榴，个头也不小。“我记得去年好一点的10多元一斤。”

一家水果超市的店员刘女士称，今年的软籽石榴的确比去年价格降了不少。去年软籽石榴刚上市时店内卖14-15元/斤，之后也基本保持在10元以上一斤，但是今年软籽石榴刚上市的时候才9元/斤，目前价格已经降到七八元一斤。

被誉为“水果之王”的榴莲今年价格也出现了明显下降。记者在西门市场、五里店果蔬批发市场的部分水果摊点均看到了19.9元/斤的榴莲。家住七星路的市民曹先生向记者表示，他前几天在路边买到了16.8元/斤的榴莲，“选了一个小的还不到100元，非常划算。”

近年，桂林本地也有一种“贵族水果”异军突起，那就是黄金百香果。记者走访看到，当前市面上的黄金百香果已经大量上市，目前出现的最低价在每斤10元以下。

据百香果批发商王女士介绍，本地黄金百香果7月份就已经上市了，目前处于上市高峰，不过对比刚上市时的价格，现在的价格已经降了不少。“去年黄金百香果刚上市的时候十七八元一斤，今年刚上市的时候十四五元一斤，而目前的大果约8元一斤，最便宜的小果三四元一斤，比去年同期约下降了3元一斤。”

医生提醒： 时令水果别一次吃太多

“秋吃果，冬吃根”是中国传统的养生观念。但选吃水果却不可全凭个人喜好，若吃得不当，则会给身体带来麻烦。健康吃水果有哪些原则呢？

桂林市中医医院脾胃肝病科主任李铁强介绍，近期桂林本地上市的柿子、柑橘、甘蔗等水果中蕴含丰富的维生素和膳食纤维，具有很好的营养价值。适量食用可以补充身体当中所需要的维生素，增强身体抵抗力，还可以增强食欲，保持肠道通畅，改善便秘。

水果虽好吃，但要注意“适量”。李铁强表示，很多水果中含有大量果糖，血糖高的人要注意血糖水平，血糖控制不良时，尽量不要进食水果或者少进食水果。此外，经常容易腹泻的人尽量少进食水果，尤其不要空腹吃水果，正常人如果一次性大量过度食用水果，同样容易造成胃肠道不适等症状。

对于柿子、柑橘这类水果，市民在吃的时候也有讲究。李铁强介绍，柿子维生素C含量高，但空腹大量食用柿子容易形成柿石，引起胃胀、胃痛，所以尽量避免空腹食用。而一次性过量食用桔子，则容易导致上火，还可能诱发“橘黄症”。

记者林扬 文/摄

从田间地头到百姓餐桌， 乡村振兴背后的兴业力量

本报讯（通讯员钟婕）兴业银行南宁分行立足广西实际持续加大“三农”服务力度，通过金融服务“输血”、金融科技“赋能”，加快产品、服务、资金下沉到广大城乡一线，以金融力量助力乡村振兴。

山水甲天下的桂林不仅旅游强，农业也在蓬勃发展。某生态农业科技公司于2020年在桂林成立，主营蔬菜种植和农产品生产、加工及销售，是广西区内多家大型连锁餐饮企业果蔬原材料供应商。今年经济回暖，餐饮业全面复苏，该公司经营情况也逐步向好。因收购果蔬农产品大多需要现金方式支付货款，该公司面临流动周转资金匮乏的难题。

了解到企业所面临的困难后，兴业银行南宁分行第一时间深入企业分析资金需求、收集授信材料、设计金融方案，用不到一周的时间向企业发放了100万元贷款资金，并配套“桂惠贷”政策降低企业融资成本，解决了企业的燃眉之急，获得企业负责人的高度赞誉。

数据显示，截至9月末，兴业银行南宁分行涉农贷款余额79亿元，较年初增长17%。下一步，兴业银行南宁分行将继续沉下心、沉下身、沉下力，坚持不懈通过数字化转型、公私联动经营扩大涉农金融覆盖面，不断探索创新涉农企业金融产品和服务模式，为全面推进乡村振兴贡献兴业力量。

星艺装饰“好饰连城”实惠到家

近日，星艺装饰桂林公司在碧玉国际酒店举办了第10届好饰连城活动，不少市民在活动中享受到了装修实惠。

据了解，星艺装饰1991年成立于广州，2003年入驻桂林，桂林公司先后成立品质半包、临桂整装、星艺欧派

大家居、全案+模式，为百万家庭带来一站式家装解决方案，打造高品质家居生活。星艺装饰秉承“做装修等于做朋友”的理念，以其一贯的经营思想、设计理念、施工工艺、用材标准、管理方法服务于广大市民。经过星艺人的不懈努力，星艺装饰在桂林树立起“诚信装修”的旗帜，赢得了广大市民的认可和赞许。

（陈延明 文/摄）

选聘物业 服务公司公告

一、小区情况

1.名称：阳朔县书童国际苑小区

2.地址：阳朔县石马路103号

3.面积：99,138平方米，共40栋,935套

二、资格

1.依法注册登记、具有独立法人资格

2.在市区至少有2个在管的住宅项目可供参观

三、报名时间

1.公告之日起至2023年11月5日17时止。

2.联系人：伍章健，19167925737(微信同号)

阳朔县书童国际苑小区业主委员会

2023年10月23日

