

外地菠菜一块五一斤有点老

本地菜嫩,一斤多掏一块钱



你觉得哪里的菜便宜?你有什么买菜经验?你喜欢老夏给你带来什么样的菜、菜谱?欢迎你来跟老夏聊聊。
热线:13390913303

快报讯(通讯员 陈一顺 记者 夏天)最近市场上的菠菜价格很便宜,最低只有1.5元/斤,就是有点老,炒着吃显然不合适。而凉拌一下,再加花生米,无疑是一道不错的家常菜。江宁县宝天印山农贸市场

的管理人员告诉记者,目前市场上销售的菠菜主要来自山东和安徽以及本地的江宁。外地的菠菜比较老,但价格便宜,夜间的批发价只有0.9元/斤,从主城区过来拿货的菜贩子很多。相比较而言,本地的菠菜比较鲜嫩,主要是江宁本地的农民自己种植的,不过价格较高,零售的价格大约在2.5元/斤。到金宝天印山可从地铁安德门站门口乘坐148路公交车到终点站下。

提醒:菠菜含草酸较多,有碍钙和铁的吸收,可以先把菠菜放在滚开的水里烫一下,捞出来放在事先准备好的凉开水中急冷,再捞出来挤掉水分。



懒人菜

香菇豆腐

主料:香菇(干)100克、豌豆苗250克。
调料:大葱10克、色拉油75克、蚝油45克、白砂糖15克、芝麻香油10克、盐2克、黄酒10克。

做法:1.葱段加油,高火爆香3分钟。2.香菇洗净、泡软去蒂,加入蚝油45克、白糖15克、芝麻油10克、高汤及一半的爆香油,加盖中高火7分钟。3.豌豆苗洗净装盘,加入另一半爆香油及精盐2克、绍酒10克,拌匀后高火4分钟。4.豌豆苗铺底,排上煮好的香菇及汤汁即可。

用料简单,费时不多的懒人菜,你会做吗?如果你很有心得,欢迎提供给我们,和大家分享10分钟成菜的乐趣。

邮箱: djstq@hotmail.com

出行

3年后8条高铁在南京交会

快报讯(记者 鹿伟)南京到杭州1小时,到上海1小时……未来,整个长三角将成为“一小时都市圈”。“未来2—3年,高铁时代即将到来。”南京市副市长陈刚昨天在接受人民网专访时表示,3年后,8条高铁将在南京交会。陈刚所讲的8条高铁包括京沪高铁、沪宁城际、宁杭城际、宁安城际、沪汉蓉铁路(宁合段)、宁启铁路、宁芜城际、沿江城际。据悉,南京南站与京沪高铁都将于2011年8月建成。

下周起可买五一火车票

快报讯(记者 毛丽萍)昨天,记者从南京火车站了解到,5月1日的火车票将从4月21日起在各售票点发售。车票的起售时间不变,为每日15:00。具体规定如下:
1.4月17日车站的售票天数调整为9天(含当天)。
2.自4月18日起,车站的车票(直快列车、直动车组列车车票除外)预售期恢复为11天(含当天)。

3.上海地区始发的直快列车、直动车组列车车票预售期自4月18日起调整为11天(含当天)至另有通知日止;其他地区始发的直快列车、直动车组列车车票预售期为:4月18日可发售到4月28日的车票,4月19日可发售到5月1日的车票,4月20日可发售到5月4日的车票,自4月21日起恢复预售21天的车票。

秦虹南路围挡撤除 公交65路原线运行

快报讯(记者 鲍铭东)记者从南京市客管处获悉,应天大街秦虹南路路口施工围挡撤除,公交65路自本月19日起恢复原线运行。具体为:65路双桥门向宁工新寓方

向,恢复至秦虹南路、秦虹路、大明路运行,沿途停靠康居里、康安里、马家圩、中和桥等站点,撤销线路绕行期间增设的白鹭东苑、七里街、通济门、大光路等站点。

浦珠路大客车专用道明天调整

快报讯(通讯员 骆涛 记者 朱俊俊)今年1月1日交管部门在南京长江大桥北设置了公交专用道。由于浦珠路南侧有一个大型的加油站,还有许多单位,所以护栏不是封闭式的,早晚高峰时经常有小车司机抢占专用道。为减少大客车专用道南侧加油站等单位出入口对专用道内大客车通行的影响,南京市交管局从明天起对浦珠路大客车专用道进行调整,具体方法为:将目前设置于浦珠路南侧机动车道上的大客

车专用道调整至北侧机动车道上(紧靠中心隔离绿岛的机动车道),并向西延伸至铁路道口附近;逗号路口至桥北岗路口设置的专用道不变,但逗号北侧上桥口分东、西两侧入口,东入口为大客车专用道入口,只允许大客驾驶人,西入口为社会车辆入口;原设于逗号路口西南侧的公交站台也同步迁移,其中157路、168路、汉江线新站点迁移至逗号路口东北侧(斜对面),637路新站点迁移至逗号路口东南侧(桥孔下)。

招生

南京九中艺术特长生招生下周起报名

快报讯(记者 黄艳)记者昨天获悉,南京市中学生文艺中心、市中学生民乐团、合唱团均设在南京九中。今年该校面向全市小学和初中应届毕业生招收文艺特长生,项目包括:声乐、舞蹈、器乐(包

括各种民族乐器、钢琴、西洋弦乐、打击乐等)。将招收初中、高中艺术特长生各40人。初中报名时间是4月19日至4月30日,高中报名时间是5月8、9日两天。报名和测试地点均在南京九中本部。

招聘

建邺区招聘中小学骨干教师

快报讯(记者 黄艳)建邺区招聘中小学骨干教师,其中高中教师数学1人,英语1人,美术1人;初中教师语文1人,数学2人,政治1人;小学教师语文7人、数学4人,美术1人、音乐1

人。即日起到4月30日报名。登录建邺教育信息网,点击“建邺区2010年引进优秀教师网上报名系统”进行网上注册即可报名。报名表请如实填写,如有虚假信息资格。咨询电话:87778242

水电气

因燃气管道施工,4月19日13:00至17:00下列地区停气:

尧佳路上城风景部分用户、市公安局栖霞分局。

雨花大道8号雨花体育中心食堂、锅炉等用户。

4月20日21:00至4月21日08:00下列地区停气:湖景花园、新庄(53号、55号)等一片。

龙蟠路169号金陵之星(锅炉、食堂)、龙蟠路9号南林大厦(食堂、锅炉)、国展中心、新世纪酒店、曙光大酒店(锅炉、食堂)、南京火车站(锅炉、食堂)、紫金饭店、兴隆房地产食堂、南京餐餐美食品有限公司、上海梅山房产经营服务分公司等用户。

4月20日13:00至17:00下列地区停气:

北京西路34号中国银行等用户。

南京港华燃气有限公司

展览

明天,去科技馆“漫步太阳系”

快报讯(记者 胡玉梅)太阳、水星、金星、地球……星期天(18日),南京科技馆礼仪广场上,太阳和八大行星将“济济一堂”。南京高校天文联合会的同学们为观众制作了“漫步太阳系”展览,届时观众可以欣赏到一场太阳系天文盛宴。

社区行

今天,兴达社区网络家园选“当家人”

快报讯(记者 钟晓敏)今天,快报记者将携手都市圈圈网“民意频道”全体员工,走进兴达社区,公开选拔兴达社区网络家园“当家人”。

兴达社区网络家园,是现代快报、都市圈圈网和建邺区兴达社区联手打造的全国首家社区网络家园。开通半个多月来,不少居民来到家园反映问题,并很快得到回复。因网络家园还处于起步阶段,还需要多位社区居民来“当家”,为此,我们将在今天现场招募社区网络家园版主及管理,如果你懂电脑、有时间

上网,熟悉社区生活,关心社区建设,记得一定要来报名哦!

此外,快报名医团、律师团、便民网将一如既往免费为您提供贴心服务。为了活跃现场气氛,多才多艺的社区居民还为大家精心编排了丰富多彩的文艺表演,节目丰富多彩,不容错过。

【活动安排】

时间:17日9:00—11:30

地点:兴达社区文化广场

兴达社区网络家园地址:

http://bbs.dsqq.cn/forum-239-1.html

发布

长江嘉年华主题公园有望下半年开建

快报讯(记者 鹿伟)世博会开幕在即,南京将拿什么来吸引参观世博会的外地游客?昨天,南京市副市长陈刚接受人民网专访时表示:“南京已经准备好了,届时将有4条精品旅游线路来吸引游客。”此外,他还透露,南京将用5年左右的时间打造10个以上的主题公园。

据陈刚介绍,7000万世博会参观者中约有80%的人有意愿在参观完世博会后到上海周边看看,其中39%的人,也就是将近2000万人愿意到南京来旅游。为了吸引更多的上海世博会参观者来观光,南京以“世博在上海、旅游到南京”为主题,推出了4条南京旅游特色专线:中世纪古都的瑰宝——明朝文化之旅、一个

朝代的背影——民国文化之旅、温泉水滑洗凝脂——汤山温泉游、漫天花雨落雨花——雨花科技修学游。其中“中世纪古都的瑰宝——南京明文化”和“一个朝代的缩影——南京民国文化”两条精品旅游线路被选入长三角世博主题体验之旅示范点。

“与常州、芜湖、苏州等相比,南京缺少主题公园这样的新型景点。”陈刚表示,南京将用5年左右的时间打造10个以上的主题公园。例如,投资几十亿的长江嘉年华项目目前在论证立项,“如果快的话,下半年就可以开建。”陈刚透露,主题公园还包括功能将更完善的郑和宝船遗址公园以及5月底将对外开放的汤山鳄鱼与娃娃鱼主题公园。

工商财务 • 贷款服务 • 典当服务 强势栏目 天天专版

我们真诚为新老客户提供最全面、最专业的贷款及工商财务咨询服务! 订广告电话: 66036623 18951721810

工商代理 华夏商标所 84219076 鲁飞 低费快办注册。 13770595223 政府招商 免费注册,返税高。 13951860347 鼎振 省工商注册、年检。 89660301 北星 低费快办注册。 15996496191 润发 注册、代账。83681806	集庆门 无抵押,无担保 来就借,当场拿,息低 不成功,不收费! 86628123 集庆门宏安大厦	大行宫家乐福 1千-30万真实无抵押,当场得款,息低。 84651398 15205174855	鼓楼投资 1.创业急用钱,汽车、房产抵押,息低。 2.短期急用钱,凭本市户口,无抵押,免担保,免手续费,即刻下款。 83307080 13951085875	尹琴急用钱 1千-50万无抵押来就借 正规公司 银行利息 24h 13913859477 金瑶 13675120007	急用钱 凭南京身份证,来就借,人到得款,费低。 13913830939 张小姐	江宁急用钱 凭身份证、户口本无抵押,来就借,当场得款。 15062235553 15062241447	
贷款服务 急用钱(外地可) 凭身份证,无担保,抵押,人到得款 女士、公务员、军人特惠 13952033145	大行宫 100%成功 当场得款 凭有效身份证,免抵押,银行利息,来就借,人到得款。 84846249 84846247 新世纪广场B座1807室	钱 100%成功 当场得款 凭有效证件快办,无抵押,无手续费,银行利息,来就借,人到得款。 52989661 82090511 新街口大行宫大厦1001室	中山门 5千-20万凭个人有效证件,当即得款,息低,面谈,速办速成。 中山门店 84897698 中华门店 84897573 珠江路店 15205166077	哈天投资 南京优 银行利息 1.50万以内个人无抵押无担保,白领、军人、公务员、个体、80后优,凭身份证立等可取。 2.房、车抵押贷款(息低) 68958548 15051893494	吉龙轩投资 急房抵押贷款 无 用 1千-500万 抵 钱 银行利息,无手续费押 84791355 新世界中心B座3412室	萨家湾 83422344 低息,小额无抵押 中山北路287号	
上门速办 南京人无抵押无担保5千-5万当即下款。84209456	江宁 凭身份证、户口本无需抵押,当即得款,费低! 15951725581 陈小姐	新街口急用钱 凭有效证件,无抵押无担保,息低,当即下款。83367496	快办急用钱 1-100万无抵押,凭有效证件,当场得款。84613882(24小时)	江宁急用钱 无抵押,1-100万,公务员,80后优 025-52280355, 15301592226	大行宫大厦 1.10万内急用钱,息低,无抵押,当即得款; 2.50万内房产车辆抵押; 3.各类垫资、验资、加贷。 84444717(24h) 张小姐	火车站 5千-10万来就借,息低 85021861 13601403399	大桥南路 1-10万南京人,来就借,无抵押,银行利息,即得款。规范守信。 85032095 13605144920