

大庆锦绣新城 被美食包围了

□本报记者 郑天赐 苏茜 文/图

在大庆锦绣新城,从早到晚,美味不断。没有人可以饿着肚子走出这里。现在,跟着记者去大庆周边逛吃逛吃吧。

01.热气腾腾的早餐

早起觅食,大庆北门是个好地方。这里早餐种类丰富,烟火气十足,甚至有很多不是住在附近的居民也会一大早来排队买早餐。

手抓饼、鸡蛋饼、水煎包、灌汤包、胡辣汤、豆腐脑……天气寒冷,能吃上一顿热乎乎的早餐,早起都有动力了。

除了早餐店,周边还有连锁的快餐店、面包店、便利店,都是早餐的好选择,每天可以变着法儿吃。



02.元气满满的午餐

黄太牛杂

天气一冷,让人忍不住一到饭点就想嗦口牛杂粉。牛肉和汤头是黄太牛的招牌,牛肉鲜嫩爽滑,汤头浓香鲜甜。牛杂粉一上桌,香气十足,米粉吸满浓郁的汤汁,口感更加丰盈。

还有牛肋排,筋膜与牛肉相连的部分韧劲十足,一口下去肉香四溢,能吃得牛肉品质不错。

北京饺子馆

大庆周边人气很旺的一家饺子馆,环境整洁,水饺种类丰富。值得一提的是,店内的座位设置是花了心思的,除了有长条桌,还可以在吧台用餐,“i人”独自来吃饭也不会社恐。

店内的饺子都是每天现做的,个头不小,饺子皮吃起来很有韧性。尤其是玉米猪肉馅饺子,猪肉香和玉米的甜混合在一起,特别提鲜,一口一个停不下来。光吃饺子觉得单调,可以再点一盘凉拌菜,其中凉拌茄子味道惊艳,酸酸甜甜,非常解腻。

沈氏牛肉汤馆

如果好久没吃牛肉汤了,是否会想念它?一进店就能闻到牛肉汤熬煮的香气,口水止不住地分泌。

鲜香的汤头配上现烫的牛肉、粉丝、干张,出锅撒上香菜,爱吃辣的再用上几滴辣椒油,热乎乎、香喷喷。吃牛肉粉丝汤啃上一块大骨头才算过瘾,骨头炖得烂熟,配上店里免费的小咸菜,越嚼越香。

新客来

新客来小食堂很受欢迎,一到用餐高峰基本满座。干净整洁的明档厨房,几十种菜品随便挑选,冷菜、炒菜、拌菜、包子、面条、砂锅一应俱全,可堂食可打包,完美解决一餐,营养又健康。

03.烟火气十足的晚餐

何师傅卤菜

晚饭想偷懒少做一道菜,可以买点卤鸭头、卤鸡爪打包带回家。推荐何师傅家的肉松骨头,味道蛮不错,油亮油亮的卖相看着就诱人,味道咸中带甜,肉质酥而不烂。

有乾中餐厅

一家适合朋友小聚的餐厅,氛围环境颇为雅致。菜品不仅摆盘精致,而且很有创意,记者去过两次,尝试了不同的菜品都没踩雷。

店里的红烧鱼头,水准在线,鱼肉烧得极其入味,服务员现剪的油条蘸着鲜美的汤汁一起吃,很顶饱,可以少点一道主食。

还可以试试养生黑豆腐和夏威夷果爆炒猴头菇,虽然听起来很“黑暗料理”,但吃起来很惊喜。

吴老么火锅

没有一件事是吃一顿火锅解决不了的,实在不行就吃两顿!无辣不欢,川渝风味的火锅成为越来越多食客的心头好。

牛油锅底醇香扑鼻,无论是肥肠、毛肚、千层肚,还是平菇、香菇、金针菇,只要在牛油锅里“走”一圈,所有食材都变得鲜香麻辣,让人欲罢不能。

烧烤集聚地

如果你最近馋烧烤了,那就来大庆周边转转吧。泰和、刘一手、东北老二、新疆伽师兄弟……这里是太台名副其实的烧烤集聚地。

烧烤可以说是包容度最高的美食了,生蚝、鸡翅、羊腿、羊肉串、大鱿鱼……经过美拉德反应,只需一点盐和辣椒面,就可以激发出食材的香气,撸串配上“小麦果汁”,过瘾。

夜幕降临,这里还有美丽的夜景可赏,在大庆锦绣新城小区南边是新浏河风光带。晚饭后,这里变得更热闹,结伴相约散步的叔叔阿姨们有说有笑地聊着家常,广场舞爱好者们组队跳舞,一条风光带给周边居民带来了休闲娱乐的场地,丰富了市民的业余生活。

药店、水果店、理发店、超市、奶茶店、五金店……生活所需的各种小店一应俱全。不得不感叹一句,住在大庆小区的人们真幸福!

重力眼罩热卖 压力真的可以助眠?

微压、遮光,“一躺即睡”……近期,外形似羽绒小围脖的重力眼罩在电商平台热卖,一跃成为眼罩界“新星”。相比于普通眼罩,一副大约250克的重力眼罩要贵出不少,均价近百元。不少人对此表示:“用手臂压在眼睛上岂不是效果一样!还省钱!”不过相比于价格,不少人睡困难者都很关心,是否有助眠效果;也有人质疑,这到底是不是“智商税”?

“0 帧起手的助眠神器”? 重力眼罩位列热卖榜第一

记者注意到,在某电商平台眼罩热卖榜单上,一款98元重力眼罩位居第一,月销量过万。“科学配比,约2500重力珠,不重不轻刚刚好!”官方宣称,普通眼罩无压力不够放松,护眼仪又过重会压迫面部。而科技重力眼罩大面积覆盖面部,多穴位(睛明穴、印堂穴等)深层微压,“既包裹又按摩!”

在不少反馈中,有人夸赞这是“0 帧起手的助眠神器!”

东南大学附属中大医院心身医学科侯正华副主任医师告诉记者,重力眼罩通过对眼部周围施加微重力,刺激眼部周围的神经和血管,促进血液循环,使身体放松,从而帮助人体分泌更多的

褪黑素,“这种激素对于调节睡眠节律、促进睡眠具有重要作用。”从这个角度来看,重力眼罩确实具有一定的科学依据和实际效果,并非毫无作用的“智商税”产品。

相关研究发现,被子的重量会影响睡眠,也曾引发过热议。记者了解到,被子的重量与人的触觉有关,当被子给予触觉刺激,给身体施加均匀的压力,就类似于拥抱的效果,不仅能够让人暖和,适当的重量压力还能给人提供安全感,这种压力可以促进身体释放褪黑素。

不过需要注意的是,无论是被子还是眼罩,重量都不宜过重。

普通毛巾其实也能代替 但手臂压眼不建议

那么,如果用厚毛巾或是胳膊遮眼,能够替代重力眼罩吗?

在侯正华看来,用普通毛巾甚至口罩,临时遮眼替代一下都是可以的,但舒适性可能不理想,“重力眼罩有比较好的压力均匀度和舒适度,其内部通常填充有微小的重力珠或其他重物,经过精心设计,重量分布均匀,能轻柔地贴合眼部轮廓,对眼睛周围施加适度且均匀的压力,不会对眼睛造成局部压迫感,佩戴起来较为舒适。”



积覆盖遮光,能为睡眠创造一个较好的黑暗环境,“此外,重力眼罩可以定期清洗,保持清洁卫生;而手臂上有汗渍,带有细菌或灰尘,反而可能引发眼部感染。”

不过,重力眼罩也并非对所有人都有显著的效果。专家强调,其助眠效果可能因个体差异而有所不同。如果睡眠问题严重,还是建议及时就诊,寻求专业医生的帮助,“临床上很多失眠患者往往也伴随着情绪问题。”侯正华补充道。

(扬子晚报)



1 封神第二部:战火西岐



●上映:2025-01-29
●导演:乌尔善
●主演:黄渤、于适、那尔那茜、陈牧驰、费翔

●国家地区:中国大陆
●类型:奇幻、战争、古装
●剧情:姜子牙、姬发带队坚守西岐,家园保卫战一触即发!邓婵玉、闻仲奉商王殷寿之命,率魔家四将等殷商大军征伐西岐,西岐一方得殷郊、雷震子、杨戬、哪吒等相助,更聚全民之力守卫家园。兵戈相对、法术交锋,两大阵营掀起强强对决,关于“封神榜”的争夺正在继续……

2 蛟龙行动



●上映:2025-01-29
●导演:林超贤
●主演:黄轩、于适、杜江、蒋璐霞
●国家地区:中国大陆
●类型:剧情、动作
●剧情:该片是2018年上映的现代军事战争片《红海行动》续作。未来某日,中国海军截获关键情报——一艘超级潜艇正密谋一项针对中国东南沿海城市的绝密军事计划。中方派出最新型潜艇“龙鲸号”,与蛟龙小队协同作战。海底战场险象环生,蛟龙遭遇重重陷阱,潜艇与敌多番埋伏周旋,更驶入海底火山口遍布的广袤深海,一场惊心动魄、攸关生死存亡的深海决战拉开帷幕。

3 唐探1900



●上映:2025-01-29
●导演:陈思诚、戴墨
●主演:王宝强、刘昊然、周润发、白客、张新成、岳云鹏

●国家地区:中国大陆、中国香港
●类型:喜剧、悬疑
●剧情:1900年的旧金山,一白人女子在唐人街被害,而嫌疑人正是一名华人男子,凶案引起社会震荡,民众纷纷要求取缔唐人街。中法泰福和华人阿鬼卷入此案,他们与时间赛跑,在斗智斗勇之中,终于找到凶手。