

配方各不同,还可代煎,170元可煮五大锅 上海中药房里的酸梅汤“火”了

一扎酸梅汤是很多人吃火锅时的标配,但近来,“中药房”酸梅汤忽然火了,大量顾客选择到中药房购买原材料,回家自煮“纯净版”酸梅汤。

记者走访发现,各家中药房的酸梅汤配方略有不同,除乌梅、山楂、甘草、陈皮等中草药比较主流外,有的会使用桂花,有的会使用桑椹,还有的使用玫瑰花或洛神花……也有药店表示,只销售中草药,如顾客需要玫瑰花等配料可自行在外购买。

价格方面,一锅自煮的酸梅汤成本价约在二三十元。有药房人员表示,买配方版酸梅汤也需理性购买,不赞同盲目跟风,得看配方版酸梅汤是否适合个人体质。

酸梅汤配方由六味中草药组成 “5副”总价170元

市民孟阿姨在逛一家市中心的商场时,在北京同仁堂的门店里,看到了“王炸组合酸梅汤”的小小专柜。

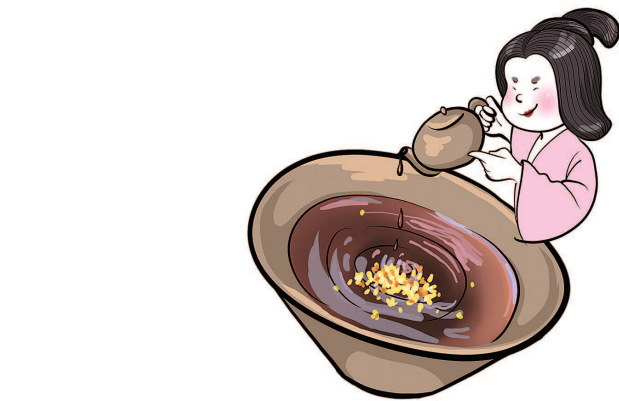
之前在网看到中药房版酸梅汤很火,孟阿姨便想尝试一番。店员向她介绍了这里的酸梅汤由桂花,新会陈皮,乌梅,冻干山楂,甘草,洛神花六味配方,称斤来卖,“一副”酸梅汤原材料可以煮一锅酸梅汤。

“不知道为什么最近就火了,好多人来买,以前没有的。”店员一边到中草药的柜台里抓取这六味原材料一边“吐槽”。

在称斤时,孟阿姨看到其中乌梅是最便宜的,单价150元/千克,而桂花的单价上千了,最贵的是新会陈皮,要4600元/千克,店员表示因为使用的是15年顶大红皮。但鉴于每种取量较少,最终孟阿姨付款170元,店员表示这差不多是“5副”的量,可以回家煮五次。

“平均下来34元一锅,比我看到网上说二十多元一副稍微贵一点。”尽管如此,孟阿姨表示想尝尝的话可以接受。

“我自己没有烧过,但以以前刚参加工作的时,记得夏天单位里会一起煮了分给职工,那时候印象里非常好喝,所以现在就想尝试



图片来源/千库网

一下。”根据店员给的酸梅汤制作方法,孟阿姨回家开煮:将桂花以外的材料洗干净,用清水浸泡30分钟;锅中加入1500毫升水,材料连同水一起倒入;大火煮沸后小火焖煮30分钟,加入冰糖,小火烧至融化后关火,加入桂花,就是一碗清热解火的酸梅汤了。

“我先加了一大块冰糖,口感比较酸,又加了一大块,喝起来就酸酸甜甜正好了。味道很原汁原味,也没用中药的气味。”孟阿姨对这次酸梅汤的“首煮”挺满意。

购买者理由各不同 爱“无添加”和“养生”占大头

在这波风潮中尝试购买酸梅汤的网友还有很多,记者联系采访了一些人,听听他们的感受。

“冉冉”已经多次购买,还在网上分享自己的熬制过程。有评论疑惑她酸梅汤能不能“加冰”,这种熬制过程是否影响身体。她表示询问过中药店里的医师,对方表示“可以加冰,这样能改善酸梅汤的味道。”

虽然有的中药店提供代煎酸梅汤服务,但是“冉冉”建议顾客还是回家熬制。“建议

不要在药店里煎酸梅汤,药店里的煲都有中药苦味,影响最终味道。”

对于酸梅汤,她很注重酸梅汤的味道和口感。在熬煮酸梅汤过程中,煮了兑水稀释然后加汤加冰冰糖,这样煮出来的酸梅汤味道比较好。

“oney”表示,感觉中药房版的酸梅汤味道不如外面售卖的,但外面售卖的担心被加入某些添加剂。“我看到超市里面卖的酸梅汤,除了乌梅、桂花等原材料外,还有白砂糖、柠檬酸、焦糖色、甜蜜素、食品用香精之类的,虽然都是正常的食品添加剂,但如果我自己制作的话会更天然。”他表示,每次购买的量都很足,可以喝三到五天,但他每天熬制的分量都有限,尽量控制在当天熬制当天饮用。

“明月”则比较看重中药房版酸梅汤的养生价值。“我体质比较上火,夏天喝点凉的挺好的,而且二十来块一大锅性价比挺高的。”她认为中药房版酸梅汤存在饮用忌口的问题:“既是在药房里抓的,肯定不是谁都能喝,尤其是胃酸过多的人不能喝。”她在请朋友喝熬制好的酸梅汤时,会有意询问他们的身体情况。此外还提醒,小孩子和易腹泻的人少量饮用。

有药店提供代煎服务 还有直接煮“纱布包”的便捷版

为了亲身体验中药房版酸梅汤,记者来到了有网友提到的上海仁奕中西大药房。

只见柜台上专门配制酸梅汤的配方,药店负责人表示,店里售卖的都是和中草药材,“玫瑰花”“洛神花”需要顾客自己去外面购买。

“我们酸梅汤配方比较严谨,是2015年就配制好的。药店几年来都使用这个药房配制酸梅汤,几年下来药方进行过微调,调整后的味道更加好。以前酸梅汤不火的时候,我们就跟社区合作,夏天时给环卫工人和外卖起手提供,免费赠送他们酸梅汤,很受欢迎。”

如今网上“酸梅汤配方”火了之后,有顾客去店里定制酸梅汤,接到订单后,这里提供代煎服务,顾客拿到袋装的酸梅汤后,打开就能直接喝。

此外,这里还售卖药方包,将酸梅汤的各种原材料配置好,包在纱布袋内售卖,拿回家后放一升多一点的水,纱布袋放进去煮就可以。最近来店里购买酸梅汤配方的顾客,店员都直接推荐这一款。

但是,也有药房表示卖配方版酸梅汤。浦东民耀路的一家药房里,记者没有看到相关的销售,店员主动提醒:“不要跟风去抓酸梅汤药材,网上很火并不代表它适合你。酸梅汤的熬制也需要结合身体情况。酸性原材料本身就是开胃的,根据个人的胃口和吃饭情况去购买。喝一点是可以的,但不能经常大量饮用。”

宋女士在销售酸梅汤配方的一家药店上班,最近酸梅汤比较火,很多人去她店里购买。她发现购买的顾客们抓药剂量都很大,乌梅30克山楂30克,所以专门上网发帖提醒不要跟风,还是要理性购买。“这种配方版酸梅汤对于很多人来说可能并不好喝。如果想好喝点,建议多加水,再加一些甜菊叶,把山楂乌梅的量减下来。”

(周到上海)

上海旅游节 70 家景点门票限时半价

市文化旅游局介绍,自2011年起,每年上海旅游节都会推出为期一周的景区(点)门票半价优惠活动,受到市民游客的热捧。今年上海旅游节依然保留了这一传统,本次活动时间为9月16日至9月22日,共有70家文旅机构推出门票半价优惠活动。

(上海发布)



上海东方明珠广播电视塔	上海影视乐园	周浦花海	小猪佩奇的玩趣世界
上海野生动物园	上海鲜花港	上海游龙石文化科普馆	浦江郊野公园奇迹花园区
上海自然博物馆	中国航海博物馆	上海宝山国际民间艺术博览馆	笔墨宫坊
上海金茂大厦88层观光厅	上海月湖雕塑公园	上海醉白池公园	浦东季高兔窝窝亲子园
上海锦江乐园	上海宋庆龄故居纪念馆	金山城市沙滩	啦啦宝都上海金桥4楼ICE Family冰乐园
上海海洋水族馆	江南三民文化村	上海鲁迅故居	上海花开海上生态园
东平国家森林公园	上海中心上海之巅观光厅	上海世博会博物馆特效影院	上海木文化博物馆
上海枫泾古镇	上海方塔园	上海金山嘴渔村	上海广富林文化遗址
中国农民画村	上海古猗园	上海碧海金沙景区	上海广富林奇石馆
上海辰山植物园	上海大观园	上海汽车博物馆	瑞华果园景区
东方绿舟	崇明海上花岛前卫村景区	上海乐高探索中心	玉海棠景区海棠湖
上海欢乐谷	上海孙中山故居纪念馆	崇明荷花博览园	上海紫海鹭缘景区
上海海湾国家森林公园	乡悦华亭度假村	东林寺景区	上海自然卷卷牧野
上海植物园	上海东方地质科普馆	上海惊魂秘境	《上海千古情》观众席(含景区)
上海佘山国家森林公园	上海都市菜园	上海观复博物馆	上海迪士尼乐园
上海长风海洋世界	高家庄生态园	世茂精灵之城主题乐园-深坑秘境	黄浦江游览精华游日航船票
上海动物园	上海电影博物馆	南翔老街(檀园)	
上海杜莎夫人蜡像馆	上海顾村公园	上海海昌海洋公园	



纠错有奖

欢迎大家来做

“啄木鸟”

如果您在阅读本月《社区晨报》时发现任何差错,可关注微信公众号“上海社区发布”并于后台直接留言,将您发现的问题发送给我们(注明报纸名称、所在版面、文章名称、差错细节,本期截止日期为2023年10月1日)。本月纠错质量最高的一位读者,将成为最佳“啄木鸟”,并获得100元的现金奖励;本月纠错质量相对较高的另外十位读者,则将成为优秀“啄木鸟”,并各获得纪念品一份。

2023年8月优秀“啄木鸟”:唐金虎、陶道、洁慧、徐鸣、蒋先生、叶玲珠、万雯婷、小飞、平安保重(以上部分为昵称)
2023年8月最佳“啄木鸟”:王智琦



扫描二维码关注
“上海社区发布”