

有人叫它“糖包子”，有人说它富含“蛋白质”

无花果上市，你吃了吗？



码放整齐的无花果

有虫子而被调侃为“蛋白质含量高”。有些市民喜欢吃无花果，却因为害怕虫子而犹豫。

无花果里到底有没有虫？这要从它的结构说起。无花果并非“无花”，而是把花藏在了肉质花托内部。在自然界，有一些野生无花果需要靠一种极小的“榕小蜂”钻进内部授粉，榕小蜂有时会留在里面，被植物自身的酶分解。目前市面上常见的无花果品种，绝大多数已不需要授粉就能单性结实。大家真正可能遇到的，是无花果成熟后微微开裂，散发出的甜香吸引果蝇等小虫钻入。如果担心有虫，吃之前可用淡盐水浸泡一下。

无花果不耐储运，挑选无花果时最好选表皮完整、没有裂口和霉斑的，轻捏有弹性而不塌软，闻起来有淡淡清香。买回家如果一次吃不完，可放冰箱冷藏，最好三两日内趁新鲜吃完，才不辜负这一口绵密甜香。

扬子晚报讯(记者 刘丽媛)立秋前后，是软糯流蜜的无花果上市期。由于甜度高，很多人称无花果为糖包子，无花果的上市时间比较短，今年你吃过了吗？

在南京河西一家盒马鲜生的冷柜里，一盒盒整齐码放的无花果，300克装的6颗无花果售价19.9元。算下来，一斤划到33元，比不少时令水果都贵。而在菜场的水果摊，散装无花果售价也要15到25元一斤。一名摊主告诉记者：“这东西娇气得狠，皮薄汁多，运输磕碰一点就坏，损耗大，价格自然不低。”

虽然价高，但无花果上市期短、营养价值高，性价比还是相当不错的。无花果有个外号叫做“糖包子”，一方面是因为它含糖量高、口感软糯，另一方面是因为它含糖量高、口感软糯，另一方面是因为熟透的无花果圆鼓鼓的，掰开里面淌出甜甜的汁水，就像蒸化了的白糖馅。而除了糖，它富含果胶和膳食纤维，还含有钙、钾、镁等矿物质以及多种消化酶，对促进肠道蠕动、缓解便秘都有帮助。

除了甜度高，无花果还因为容易

本想逗个乐子，结果火遍全网

“荷花爷爷”一天送百顶荷叶帽

清晨四五点的苏州仍带着睡意，白塔公园的荷花市集却已苏醒。人群之中，一位头戴荷叶帽、笑容可掬的老人格外引人注目——他便是被网友亲切唤作“荷花爷爷”的朱先生。今年七十岁的他，怎么也没想到，当初随手送给顾客的一顶荷叶帽，竟成了全网奔赴的“夏日限定”。如今，他每天要送出一百多顶荷叶帽，朱先生笑着告诉记者：“大家这么喜欢，我哪能让人空手回去！”

说起这荷叶帽的由来，朱先生笑着摆手：“全是意外。”最开始，不过是和老主顾逗个乐子。朱先生回忆，有一回，熟客带孩子来买荷花，小朋友晒得直往大人身后躲，他随手摘下一片荷叶递过去遮阳，嘴上也跟着打趣：“这可比草帽好看，苏州独家限量款！”没想到客人越看越中意，让他修修剪剪，往头上一戴，竟颇有几分意思。从那之后，他每天便挑出最水灵的荷叶，备好在一旁，见人就送上一顶荷叶帽。本是摊前的无心之举，谁料一传十、十传百，竟成了荷花市集一道招牌风景。

如今，一天送出去百顶已是家常便饭。“大朋友小朋友都喜欢。”让荷叶帽“火遍全网”的，是一条游客随手拍的短视频：画面里，朱先生手忙脚乱地折帽、递帽，额头上挂着细汗，嘴角却始终没落下来。配文只有一句——“爷爷忙到飞起，笑容一直没掉线。”视频很快点赞过万，评论区也跟着沸腾起来。有人忆起外婆当年折过的荷叶帽，有人好奇一片叶子怎么能折得这般精巧，更多人则直呼被笑容治愈，“恨不得马上飞到苏州去”。



荷花爷爷自制的荷花帽很受欢迎

“荷花爷爷，我从外省专程来看您！”杭州来的李女士手里攥着刚排队买到的荷花，头顶崭新的荷叶帽，眼里盛满笑意：“小时候夏天最爱戴这个，几十年没见过啦。刷到视频那一刻，我就决定要来，再戴一次才算圆满。”东北的王先生带着孩子排了半天队，终于“认领”到一顶，他连连感叹：“原本就是个新鲜，来了才发觉，爷爷的笑容比视频里还暖，这趟苏州来得太值了。”

突如其来的走红，让朱先生有些始料未及。如今全国各地的人涌来，荷叶帽的消耗也一下子大了许多。人最多的时候，摊位前里三层外三层挤得满满当当，他一边收钱一边折帽一边招呼顾客，手忙脚乱，可笑意始终没断过。眼看荷叶帽供不应求，朱先生向大伙保证：“下次我要再多带些荷叶来，可能让大家大老远跑来却空着手回去！”

扬子晚报/紫牛新闻见习记者 梅方滢

淮安高中生郊游

意外拾得有“淮阴”字样的战汉陶片

扬子晚报讯(通讯员 李堃 陶思远 记者 朱鼎兆)近日，淮安几名高中生在郊外游玩时意外发现一枚战汉时期带“淮阴”戳印的陶片，并主动无偿捐赠给文物保护部门。经考古专家鉴定，该陶片为佐证古淮阴地名沿革、实证战汉淮阴郡县建制的珍贵实物。

记者了解到，两名高中生在淮阴区甘罗城遗址游玩，在遗址土层中意外拣选出一块形制规整、品相完好的灰褐色陶片。二人发现陶片表面留存有清晰的文字戳记。随后，两名学生第一时间与另一名喜爱地方历史文化的同学探讨，经过讨论，三人一致认定，这块带文字的陶片具备极高的历史研究与考古价值。随后，三名学生主动联系当地文物保护部门，详细说明了陶片发现地点、场景及具体经过，并上交了这件文物。

当地文物工作者也第一时间开展甄别工作，并邀请考古专家尹增淮完成初步鉴定。认定该标本为战汉时期陶盆残片，残存尺寸长约11.3厘米、宽约3.5厘米，陶体表面的“淮阴”二字戳印清晰完整、笔法古拙典雅，具有战国至秦汉典型的文字风格，年代特征十分鲜明。

专家进一步解读，战汉时期礼制与建制规范严苛，官方使用的砖瓦、陶器，普遍会加盖对应郡县名称戳印，以此标



拾得的印有“淮阴”字样的战汉陶片

识器物属地、明确行政建制，是古代地方行政区划与官用器物管理制度的直接体现。而此次出土的带“淮阴”专属地名的陶文残片，是目前佐证古淮阴地名沿革的关键实物遗存，真实性、权威性可以弥补文献史料的不足，填补了区域考古研究的空白。

据了解，本次文物出土地甘罗城遗址坐落于淮阴区马头镇老街东北隅，西临张福河，相传为秦代甘罗所筑，2011年被列为江苏省第七批省级文物保护单位，同时纳入世界文化遗产中国大运河清口枢纽遗址核心范围。

考古勘查数据显示，该城址呈长方形，南北长约560米，东西宽约300米，遗址总面积达18万平方米，文化层厚度在2米至5米之间，历史积淀极为深厚。

大学新生“三件套”涨价了 原因是AI服务器对存储需求大增

随着高校开学季临近，手机、平板电脑、笔记本电脑成为不少准大学生采购清单上的“三件套”。但与往年相比，今年部分热门数码产品的同档配置成本出现了较大涨幅。

8月10日，记者来到南京珠江路数码市场。在一家电脑销售门店，一款面向学生群体的笔记本电脑引起了记者注意。“最开始是4299元，然后涨到5399元，后来又涨到5999元。”销售人员告诉记者，这款电脑今年以来已经经历多次价格调整，前后相差超过千元。

在采访中，多名电脑销售人员表示，近期电脑价格变化与上游内存、处理器等零部件行情有关。一名销售人员告诉记者，近年来AI服务器对高性能存储产品的需求明显增加，存储厂商将更多资源投入相关产品，也使消费级内存市场受到影响。“处理器涨了、内存条涨了，整机价格也会跟着调整。”手机、平板电脑和笔记本电脑同样需要使用存储芯片。当上游存储产品行情发生变化，终端厂商的产品价格也会随之受到影响。

见习记者 朱君贤 扬子晚报/紫牛新闻记者 陈哲

召开临时股东会的通知

致:股东沈鑫(身份证号:3205831981****2531)

苏州圣意德建筑门窗有限公司因执行董事沈鑫拒不履行股东会召集义务,由公司监事倪陈灏依法召集本次临时股东会,现将有关事项公告如下:

- 会议时间:2026年8月28日上午9点;
- 会议地点:苏州北建置业有限公司会议室(太仓市娄东街道公正路11号1幢803、804室)
- 会议召集人:倪陈灏(公司监事);
- 会议议题
(1)、选举公司执行董事;(2)选举公司监事
(根据公司章程,由新当选的执行董事担任公司法定代表人)

请股东沈鑫准时出席,依法行使股东表决权。

苏州圣意德建筑门窗有限公司

监事:倪陈灏

日期:2026年8月11日

南京市房地产拍卖调剂有限公司拍卖公告

本公司受委托,将对以下标的进行公开拍卖,公告如下:

一、拍卖标的:

- 秦淮区瑞金北村18幢708室;
- 浦口区浦园村15幢404室;
- 南京恒鑫建材厂广告牌拆除剩余资产一批(以移交时实际现状为准)第3次公告;
- 江北新区仪仗原油管线迁改工程项目拆迁剩余资产一批(以移交时实际现状为准)第1次公告;

二、预展时间及地点:2026年8月20日—8月21日(1号标的),8月13日—8月14日(2号标的)、8月17日—8月18日(3、4号标的)的标的物所在地。
三、报名时间:报名截止时间自公告刊登之日起至2026年9月8日止(1号标的)、8月31日止(2号标的)、8月19日止(3、4号标的)。
四、拍卖时间及地点:2026年9月18日14时(1号标的)、9月11日14时(2号标的)、南京市江东中路265号1249室或指定网络拍卖平台;8月20日10时(3、4号标的)、中拍平台;
五、联系方式:南京市房地产拍卖调剂有限公司
联系地址:南京市鼓楼区华侨路75号二楼
联系电话:13951958476 张先生(1-4号标的)
南京市公共资源交易中心 联系地址:南京市江东中路265号B区2210、2222室
联系电话:025-68505712 联系人:宗先生(1-2号标的)