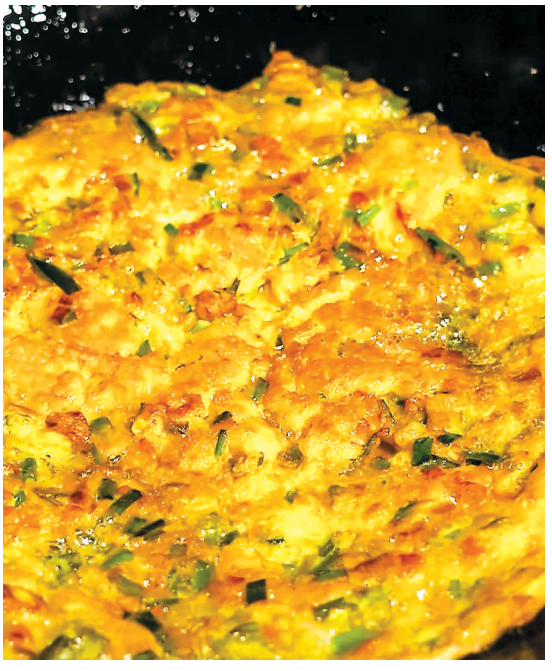
花宴“开席”等您品鉴

这些“夏季限定”食材千万别错过

凉拌黄瓜花。



西葫芦花煎蛋。

炸南瓜花。

盛夏时节，有很多“夏季限定”食材，比如：黄瓜花、西葫芦花、南瓜花……

这些蔬菜的花朵不仅好看，更是一道道独特的时令美味。食用花卉，不仅是自然界的风雅点缀，更是土地孕育出的生存智慧与自然馈赠的完美结晶。

当这些花朵被精心采摘，经匠心烹制，一道道色香味俱全的佳肴便跃上餐桌，宛如一首首黄土地上生动的风物诗，诉说着这片土地的岁月故事与人文情怀。

黄瓜花
田园里的清新诗篇

清晨，农户杜素梅在自家温棚里忙碌，指尖轻轻抚过黄瓜藤蔓上指甲盖大小的嫩黄花苞。“这东西见光就老，得趁着露水没散，连花蒂带胎瓜一起摘下。”她举起手中的竹筐，筐中嫩绿的黄瓜秧青翠欲滴——这是祖辈传下的“护花术”，能让藤蔓持续绽放新花。

“黄瓜不仅果实鲜美，花朵更是不可多得的美味。”杜素梅热情地介绍道。她回忆起童年时光，每年盛夏黄瓜藤蔓缀满淡黄色小花时，便是采摘的最佳时节。这些花朵不仅色泽鲜艳喜人，更蕴含着黄瓜特有的清甜气息。

在温棚里，这种时令美味的获取变得更为便捷。杜素梅的黄瓜花料理以简单家常为特色，却总能唤醒食材最本真的滋味。她特意选取清晨露水未晞时采摘的黄瓜花，搭配自家种植的蒜苗与辣椒，烹制出一道地道的宁夏风味凉拌黄瓜花。“制作时，先将黄瓜花洗净，用沸水快速焯烫以锁住脆嫩口感。接着拌入切碎的蒜苗、辣椒，加入少许盐、醋和生抽调味，最后浇一勺热油，瞬间激发所有食材的香气。”她边示范边讲解。

轻尝这道凉拌黄瓜花，首先是花朵的清新脆爽在舌尖绽开，继而蒜苗的辛香与辣椒的酸爽次第绽放，多种滋味在口腔中交融碰撞。杜素梅感慨道：“这道菜不仅是味觉的享受，更承载着我们对土地的眷恋和对自然的敬畏。每一朵黄瓜花，都是大自然给予黄土地的珍贵馈赠。”

西葫芦花
清淡爽口异常鲜美

许多瓜菜的花都可食用，比如西葫芦花，与黄瓜花有着异曲同工之妙。

杜素梅说，西葫芦花的口感更为清淡。“我家小孩特别喜欢吃西葫芦花。”她回忆道，去年地里的西葫芦开花时，藤蔓间绽放着拳头大的橙黄花冠，格外引人注目。她忍不住带着两个孩子特意采摘了一些，想给吃惯了普通蔬菜的孩子们带来一点新奇的体验。

“选花要挑这种半开未开的，花瓣包裹紧实，里头藏着最嫩的花芯。”她轻旋花蒂摘下两朵，露珠顺着绒毛滚落，在粗陶碗里汇聚成晶莹的水洼，“小时候，我最爱吃妈妈做的西葫芦花煎蛋，那个味道想一想都觉得香。”

西葫芦花的明黄与鸡蛋液的澄黄相互映衬，为这道清淡美食铺陈出最浓烈的视觉意象。

杜素梅介绍道，制作时需将洗净的花瓣拆成单叶，花芯单独留存。把肥嫩的花芯切碎，与蛋液混合后撒少许盐和沙葱末。热锅倒入胡麻油，待油面泛起细微涟漪，将完整的花瓣平铺在锅底，橙黄的花冠立刻在热油中舒展成太阳纹路。

“这时要转小火，把蛋液从花瓣中心缓缓浇下，金灿灿的蛋液顺着花瓣脉络流淌，别提多漂亮了。”杜素梅说。煎制时需小心翻面，铲子从花托底部轻轻抄起，最大限度保持花形完整。出锅时，焦脆的花瓣裹着蓬松的蛋饼，边缘还翘着几缕炸成金丝的雄蕊。

“如今这些东西都不被看重了，有人甚至拿去喂羊，其实这花可是好食材呢。”杜素梅感慨道，小时候母亲会把生产队丢弃的西葫芦花捡回来，撒把盐便是难得的“荤腥”。如今再尝，竟比真正的荤腥还要鲜美。

南瓜花
打开清新的味蕾

南瓜花是平民之花。

农家美食博主王丽华点开去年发布的一条短视频，画面中她在南瓜架下俯身“看花选材”。“完全绽放的雌花要留着结瓜，半开的雄花才是美味。”她解释道，品尝南瓜花的第一步是懂得选花，“不能等它完全盛开，要抓住半开时那股鲜活劲儿。”

视频里，王丽华带着粉丝开启“云巡田”模式，她独创的“观花时辰烹饪法”赢得众多网友点赞。“晨露未消时采摘的花含水量高，适合裹蛋清蒸着吃；临近正午采的则要现拌现炸，用高温锁住花朵的香甜。”王丽华说。

王丽华擅长多种南瓜花料理，其中清蒸最能凸显其本味。她会先将南瓜花洗净，小心剔除花蕊，再把花瓣轻轻撕开裹上一层薄面粉，放入蒸锅用中火蒸三五分钟至花瓣变软。出锅后淋上醋蒜汁，一道清新爽口的蒸南瓜花便大功告成。当然，油炸南瓜花也别有风味——将处理好的花朵裹上蛋液与淀粉，入油锅炸至金黄酥脆，捞出撒上椒盐和葱花。咬下去酥脆作响，花香与香甜在舌尖交织，令人回味无穷。

“南瓜花不仅美味，还有药用价值。”王丽华补充道，中医认为南瓜花能清湿热、消肿毒，对身体很有益处。视频中，她咬下一口炸得金黄的南瓜花，齿间发出清脆的“咯吱”声，仿佛嚼碎了一缕灿烂的阳光。

综合《农民日报》《银川晚报》报道

声明公告 13164692093

遗失声明 武汉市江夏区老张农资店遗失农药经营许可证副本，编号：420115200017，声明作废。

声明 骆洁身份证遗失(420581199508172626)，自2025年7月23日起不承担被人冒用而引发的一切法律责任，特此声明。

遗失声明 珊度网络服务(湖北)有限公司(代码：91420106MA4F5K4211)遗失公章、财务章、法人章，声明作废。

遗失声明 武汉市江汉区馨馨帮您美美容院，遗失卫生许可证，编号：江审公字[2018]第0203号。声明作废。

遗失声明

武汉市绿能天然气运输集团有限公司遗失以下13份特种设备使用登记证书，声明作废：设备代码223010159201700 19，产品编号YR13-49；设备代码223010159201700 03编号容23鄂A00026(20)产品编号YR13-32；设备代码223010014201407 94编号容23鄂A00011(19)产品编号14151-208；设备代码223010014201407 96编号容23鄂A00002(19)产品编号14151-210；设备代码223010014201407 95编号容23鄂A00010(19)产品编号14151-209；设备代码223010014201408 25编号容23鄂A00003(19)产品编号14151-215；设备代码223010014201408 21编号容23鄂A00009(19)产品编号14151-211；设备代码223010014201407 41编号容23鄂A00007(19)产品编号14151-200；设备代码223010014201500 87编号容23鄂A00016(19)产品编号15151-30；设备代码223010014201501 36编号容23鄂A00039(19)产品编号15151-40；设备代码223010014201501 46编号容23鄂A00035(19)产品编号15151-50；设备代码223010014201501 44编号容23鄂A00029(19)产品编号15151-48；设备代码223010014201501 37编号容23鄂A00020(19)产品编号15151-41。

股东会通知

各位股东：

经公司董事会提议，现定于2025年8月14日上午10:00在湖北省武汉市经济技术开发区东软软件园A2座421大会议室召开临时股东会会议；会议议题如下：《关于修改公司经营范围》的议案；会议材料将于会议现场发放，如有提前查阅需求，请联系公司董事会办公室。联系人：李雅琴，联系电话：027-59597969。

武汉市路隧铁科市政科技有限公司
2025年7月28日

公告

因武汉昊胜泰五金制品有限公司与鄂州市红莲湖新创建设工程有限公司一致自愿解除原合同《建筑施工总承包意向合同》，现申请注销编号为420116202306200101中华人民共和国建筑工程施工许可证(建设单位：武汉昊胜泰五金制品有限公司项目，名称：昊胜泰五金制品，位置：黄陂区滠口街岱黄高速以南、创业路以东)，特此公告。

遗失声明 上海红星美凯龙品牌管理有限公司白沙洲分公司质保金收据遗失名单：周力，朗曼装饰，收据编号ZY21072700677967，金额：5000元，特此声明。

遗失声明 本人毕马华经营金正茂汉派服装总部3B-131商铺因个人原因将商铺押金收据遗失收据号JZMSK2024070054现登报声明作废所产生的一切经济纠纷和法律责任与武汉正大兴商业营运有限公司无关。

遗失声明 本人郭华经营金正茂汉派服装总部3B-124商铺因个人原因将商铺押金收据遗失收据号JZMSK2019030792现登报声明作废所产生的一切经济纠纷和法律责任与武汉正大兴商业营运有限公司无关。

遗失声明 武汉市黄陂区椰子电子商务服务部(个体工商户)遗失备案公章一枚，声明作废。2025年7月28日