

# 药食同源中餐战“疫”

## 烹饪大师面向海外侨胞“云教学”

“大师们的菜谱就像‘及时雨’，光看搭配就有食欲。这些食材在澳大利亚都能买得到，在家操作也方便。饭店关门了，我们天天在家学做饭，‘朋友圈’都在晒厨艺。”4月10日，在南京的江苏餐博会服务平台办公室，澳大利亚江苏总商会执行会长王宁在视频连线时说。

新冠肺炎疫情全球蔓延，侨胞身处海外、深居简出，健

康安全受到挑战。4月10日，“心心相连、共克时艰，药食同源、健康生活”中餐菜品海外推广发布会在南京举行。江苏省委统战部(省侨办)、省侨联、省餐饮行业协会等通过网络，向全球华侨华人“云教学”，推广战“疫”中餐菜品。

金银花翡翠鸡丝、紫菜鱼肉狮子头、陈皮腰果炒虾球、洋参鸡肉炒饭、番茄土豆烩牛腩、枸杞山药煲鸡汤、胖大海

桂圆炖雪梨……发布会现场，8位中国烹饪大师按照原料易购、操作简单、美味养生、易于推广的原则，制作了第一季12道淮扬菜。操作视频将每天播出一集，手把手教海外侨胞“云做菜”。

江苏省委统战部常务副部长李国华表示，“药食同源、健康生活”系列菜品，在原材料和中草药选择、香料配备、制作方法上，都做到了科学均

衡、精准规范、操作简便、居家适宜，对抗击疫情大有裨益。希望江苏省餐饮行业协会积极倡议海外侨胞学习制作中餐、品食中餐，增强免疫力，共同抗“疫”。

当天还发布了《青少年居家营养膳食指南》，为海外华裔青少年居家提供健康饮食指导。

“居家容易产生‘小胖墩’。指南的中西餐菜谱，讲求能量、搭配、粗细、荤素、干稀平衡，细化到每餐的卡路里。食材也能在当地超市买到。”南京体育学院二级教授张蕴琨说。

受疫情影响，不少海外中餐馆临时闭门谢客。江苏省餐饮行业协会执行会长于学荣在受访时表示，欧美一些中餐馆歇业后面临很大困难，目前采用外卖方式送餐。“我们提供新菜品制法，旨在帮助海外中餐馆挽回部分经济损失，帮助海外侨胞家庭共同战‘疫’，还将推出更多‘续集’菜品。”

当天，江苏省委统战部副部长、省侨办主任王华，省侨联主席周建农，分别与美国江苏经贸文化联合会会长徐晓峰、澳大利亚江苏总商会执行会长王宁进行了视频连线。江苏省侨办副主任杜伟、省侨联副主席官琳等出席发布会。

朱晓颖 文



▲ 图为大厨在现场烹饪菜品。

顾津臣 摄

## 江苏中医专家与海外华侨华人分享中医抗疫经验

“很实用，我们可以跟着练习。”“对防治疫情很有帮助。”……4月3日，江苏省中医院副院长吴文忠“同心抗疫、中医助力”的视频讲座在“中医抗疫关爱群”里上传后，获得华侨华人关注和赞许。

视频中，吴文忠主要介绍了居家穴位按摩知识。在这个有着数千人的海外“朋友圈”里，江苏省中医院每天安排中医专家通过视频、语音分享中医抗疫经验。

近日，江苏省侨联联合江苏省华侨文化交流基地——江

苏省中医院搭建海外关爱平台，在全球江苏籍侨胞集中的国家和地区快速组建7个海外侨胞微信群，每群安排侨联工作人员、值班医生答疑解惑，为群内华侨华人提供有效、专业的医疗咨询服务。

据了解，“中医抗疫关爱群”面向江苏籍海外侨胞，工作人员每天收集个性化的需求，形成文档集中交给江苏省中医院分析整理后统一回复；安排专家线上专题讲座，将专家讲课语音转成文档发送各群共享，扩大受众面；定期发布

有关抗疫视频、信息，联系代办采购抗疫药物等。

在微信群组建第一时间，美国、加拿大、澳大利亚等国家和地区侨社团侨领积极响应行动，江苏省中医院药学部主任朱雅春抽调14位药剂师团队进群提供咨询服务。

截至4月2日，共有4000余人聆听讲座。加拿大老乡联谊总会会长李佳颖等听众还把专家讲课语音整理成音频文档资料，让中医抗疫知识惠及更多人。

讲座过程中，专家们围绕

如何加强自身抵抗力等专业知识与侨胞们展开讨论，内容包括“中医体质判定与自测”“抗疫药膳食疗”等。

吴文忠表示，前期抗疫，中国积累了丰富的经验，希望通过沟通和交流，分享抗击疫情的成功经验，并联合海内外中医力量，让中医药在海外抗疫中发挥更大作用。

据吴文忠介绍，未来将结合华侨华人的咨询要求，有的放矢地组织安排中医专家开展防疫知识讲座，满足不同人群的需求。

徐珊珊 文



▲ 4月1日，以“向医护人员致敬”为主题的花坛亮相南京鼓楼广场。

决波 摄



▲ 4月5日，航拍江苏淮安白马湖畔李庄“渔耕驿站”，5万多株油菜花盛开，花丛中“奔跑”的骏马和“马到成功”四个字格外醒目。

决波 摄

## 美国商超巨头开市客入驻苏州

4月9日，开市客(苏州)贸易有限公司以142543万元人民币的总价拍下了苏地2020-WG-20号地块。至此，美国商超巨头开市客(Costco)正式入驻苏州。

苏州9日出让的5宗地块，分为1宗住宅地块、1宗商住地块、2宗商服地块和1宗其他地块。不同于以往住宅和商住地块唱主角，本次最受瞩目的，是1宗以底价成交的商服地块。

3月10日，苏州市自然资源和规划局公布了苏地网挂[2020]4号的5宗地块。在苏地2020-WG-20号地块的说明中，明确该地块应建设“一家大型仓储式超市，卖场经营面积不小于14000平方米，机动车停车位不少于1080个”，且“注册资本不少于4亿元人

民币”。结合此前公开的开市客(苏州)贸易有限公司的422亿元人民币注册资本，外界纷纷猜测该地块正是未来开市客苏州店的店址所在。

在9日的土拍中，多日来的传言终于落地。2020-WG-20号地块最终由开市客拍下。

据地块所在地苏州高新区官方介绍，开市客(苏州)贸易有限公司于2020年1月在该区成立，投资总额1266亿元人民币，注册资本422亿元人民币。未来将建成建筑面积5万多平方米的大型会员制仓储式超市。

世界500强开市客是全球第二大零售商，总部位于美国西雅图，年营收1410亿美元，在全球12个地区设有超过780家门店，会员量超过9720万人。

周建琳 钟升文



▲ 4月6日，航拍色彩艳丽的芝樱花海。近日，江苏淮安白马湖“向日葵的故事”景区内的50余亩芝樱花海进入最佳观赏期，从空中俯瞰宛若“彩色地毯”。

决波 摄

## 简讯 “2020 南京世界田联室内锦标赛” 赛事名称维持不变

4月8日，据世界田联消息，因新冠肺炎疫情推迟至2021年举行的南京世界田联室内锦标赛，其赛事名称将维持“2020 南京世界田联室内锦标赛”不变。

记者获悉，“2020 南京世界田联室内锦标赛”将于2021年3月19日至21日在南京青奥体育公园内的室内

田径馆“南京魔方”举办。这是中国首次举办室内田径世锦赛，也是继2015年北京世界田联锦标赛之后，又一落户中国的国际田径重大赛事。

目前，南京组委会的各项筹备工作也在重新梳理和完善，力争为全世界奉献一场顶级田径盛宴。

申冉 文

## 江苏扬州“万花会”云开幕 唐代罗城繁花盛景再现

4月8日，江苏扬州“万花会”云开幕，瘦西湖万花园上演“万花盛宴”，来自世界各地的百万株奇花异卉竞相绽放，争奇斗艳。



▲ 四月的扬州，满城春花烂漫。

孟德龙 摄

受新冠肺炎疫情影响，今年万花会开幕首次以多媒体5G平台互动直播的形式进行

展现，现场通过探访人文盆景，寻觅五彩花季，邂逅美丽仙子，走进“秘密花园”等主题环节，同时，跟着人气主播走进“郁金香花海”“海棠花坞”等赏花胜地，让身处世界各地的网友足不出户尽情领略扬州的春光，感受瘦西湖的美丽。

尤其值得一提的是，今年，瘦西湖在万花园唐代罗城旧址建造了一座“秘密花园”。这里有“藤本皇后”铁线莲、有吸引眼球的绣球等名贵品种。“唐代，罗城有着扬州最为美好和繁华

的记忆。而如今，这里是世界名花的集聚地，唐代扬州的繁花盛景再现。”瘦西湖风景区管理处主任金川如是说。

“万花会”自2008年恢复举办，今年是第13届。为期一个月的万花会，瘦西湖景区以“畅游花海，融入自然”为主题，通过桃花、海棠、樱花、琼花、芍药五大主题花季的打造以及赏花、快闪、美食、展览等主题活动的策划，充分展现瘦西湖景区“天然雅趣，如诗如画”的环境特色和人文魅力。

崔佳明 文