

小龙虾身价跳水,每斤跌至十几元 今夏银川人实现“嗦虾自由”

记者 徐碧颖 文/图

小龙虾是银川人夏日最期盼的那口“鲜”。此前小龙虾市价普遍在二三十元每斤,今年小龙虾身价跳水,只要十几元一斤。6月3日,记者实地探访多家海鲜市场与餐饮门店了解市场行情,整理出居家烹饪技巧与“嗦虾”科普知识,助力市民安心尝鲜。



市民在龙虾馆品尝熟制小龙虾。

01

商超餐饮忙促销 初夏烟火气拉满

入夏以来,银川小龙虾消费热度持续升温,居家自制、夜宵聚餐、休闲解馋,市民夏日“嗦虾”需求全面释放,街头巷尾烟火气十足。

在温州商城海鲜市场,水产摊位一字排开,塑料筐里铺满鲜活小龙虾。记者走访了三家商户,商户们告诉记者,今年,个头饱满的大号小龙虾每斤16元,市面最走量的中号小龙虾,行情浮动在每斤11元~12元,业内俗称“炮头”的特大精品虾,主要供给各大餐饮店后厨,拿货价每斤32元。

相较于线下选购要自行携带活虾的麻烦,平台送货上门更加便捷。多点APP上架了鲜活小龙虾,中号小龙虾每斤16.5元并提供同城配送服务,更符合年轻上班族的购物习惯。

眼下,银川街边大排档、小吃门店、外卖商铺全线发力,麻辣、蒜蓉、十三香等多种小龙虾经典口味全覆盖,低价套餐花样繁多,不少商超、零食店、火锅店、龙虾馆也趁着这波行情纷纷降价引流、放大招惠民。物美超市(森林公园店)开启厂家直促活动,熟制小龙虾50元两斤、100元四斤。位于兴庆区新世纪冷链物流中心旁的一家烧烤店推出多款性价比套餐:熟小龙虾两斤38元、四斤68元,吸引了不少市民组队打卡,店铺每晚的小龙虾销量比去年同期翻了近两番。

“每年都惦记这一口,小龙虾肉质鲜嫩,搭配浓郁酱汁,真是回味无穷。今年价格划算,终于可以敞开吃了!”市民陈女士说,价格跳水后,物美价廉的预制熟虾,让她实现了“嗦虾”自由。

带着孩子选购新鲜小龙虾的市民耿先生则更加注重饮食健康。“孩子特别爱吃小龙虾,但外面大排档口味重油重辣,我一直不敢让孩子多吃。”耿先生说,今年小龙虾价格亲民,他更愿意在家给孩子制作,少盐少辣、干净卫生。

02

主产区丰产 『嗦虾』激活夏日经济

记者了解到,今年小龙虾价格大幅回落,核心原因是全国主产区丰产、货源供给量激增。据水产商户介绍,江浙、湖北、安徽等小龙虾核心养殖产区,近年来市场热度持续走高,农户养殖积极性大增,大范围推广稻虾共作模式,养殖面积连年扩增,今年更是迎来大面积集中丰产,大量货源输送至全国市场。银川作为西北地区重要的鲜活水产品集散地,进货成本大幅下降,终端零售价随之亲民。

商户们介绍,相比去年同期,今年小龙虾降价幅度较大,但对于低价行情能持续多久,他们无法给出精准预判。业内人士分析,每年五六月是新虾集中出塘的高峰期,货源充足、价格低廉;待到七八月,产区成虾存量减少,叠加暑期夜宵、聚餐消费高峰到来,市场需求暴涨,小龙虾价格大概率迎来回调上涨,眼下正是全年平价吃虾的黄金窗口期。

每年盛夏,小龙虾常排在银川市民美食消费清单前列,不仅因为风味绝佳,更因其高度契合市民们的夜宵聚餐需求,成为夏日消暑的标志性美食。小龙虾自带极强的社交属性,吃虾的过程需要动手剥壳,促使人们自然而然地放下手机,专注于餐桌上的互动与交流,使其成为当之无愧的“社交神兽”。

同时,小龙虾的平价上市与外摆的夜市排档完美结合,极大地刺激了市民的消费热情,为银川的夏日经济和消暑经济注入强劲动力。晚风习习的夜晚,亲友围坐剥虾闲谈,消解工作疲惫;餐后沿着典农河畔或海宝公园散步,满眼绿意盎然。宜居银川的生态底色与夜宵桌上的红火氛围交织,构成了银川市民的夏日幸福。

火爆的市场行情,也让银川餐饮门店持续丰富产品体系,从平价单人餐、双人套餐到多人欢聚套餐一应俱全,价格梯度完善,最大限度贴合市民消费需求,持续激活夏日餐饮消费市场。

03

居家烹饪有妙招 科学食用规避健康风险

相比于外卖熟食,不少市民偏爱采购鲜活小龙虾居家自制,用料可控,性价比更高。记者整理出简单易上手的龙虾处理和烹饪技巧,新手也能轻松做出“餐厅级”美味。

鲜活小龙虾买回后,可加入食盐、白醋、清水浸泡1至2小时,帮助吐净泥沙;用硬毛刷仔细刷洗虾身、虾钳、腹部缝隙污垢,剪去虾头、去除虾腮,捏住虾尾中片旋转抽出虾线,从源头剔除杂质。

烹饪时,麻辣、蒜蓉两种做法简单易操作:蒜蓉虾需将大蒜分两份,一份炸至金黄、一份生放备用,用啤酒焖煮小龙虾可以提鲜增香;制作麻辣口味需先爆香香料、炒出红油,焖煮收汁后虾肉才更入味。烹饪时切记高温持续加热10分钟以上,彻底煮透,杜绝半生食用。

入夏是小龙虾消费旺季,此前外地曾出现市民大量吃虾诱发横纹肌溶解症的案例,令不少食客心生顾虑。对此,记者咨询了银川市第二人民医院重症医学科主治医师李森。

李森介绍,市民吸食的“虾黄”其实是小龙虾的肝脏与胰腺,也是虾的解毒代谢器官,水体里的重金属、杂质易在此富集,虾头还聚集鳃部等各类内脏与寄生虫,因此从健康角度不建议食用虾头、“虾黄”,优选虾肉食用即可。健康人群偶尔少量误食不用过度焦虑,控制全年食用总量与频次,一般不会损伤身体,但长期大量食用会加重脏器代谢负担。

李森特别提醒,小龙虾属于高嘌呤高蛋白食材,痛风、高尿酸、肾病患者尽量禁食,海鲜过敏者、肠胃虚弱者、孕妇、幼童少食清淡款;对于高尿酸人群来说,小龙虾搭配啤酒一起食用可能会诱发急性痛风。此外,若食用小龙虾24小时内,出现四肢肌肉酸痛无力、小便呈浓茶色或酱油色,伴随恶心发烧等症状,大概率是横纹肌溶解相关前兆,务必第一时间前往医院就诊,避免肾脏受损。



农贸市场的小龙虾新鲜个大。

四项安全吃虾准则

优选鲜活、外壳完整、腹腮白净的小龙虾,避开濒死、外壳发黑的问题虾;
规范浸泡刷洗、去头去腮去虾线;
全程高温煮透,不追求嫩口吃半生虾;
严控食量,单次食用不超过500克,搭配蔬菜主食,切忌空腹暴食。