

一连串 38℃，午后雷阵雨的概率增大

上海今起进入本轮热浪“最热时段”

周一入伏，周二周三就连着两个高温日。但对于这波高温热浪来说，这仅仅是个开始。从今天开始，申城的“火力”升级，要从36℃档跳到38℃档。本周剩余的日子可谓都是“烤箱模式”。

入伏第三天，上海昨天依然拉响了高温黄色预警。而从今天开始，此波高温热浪最热的时段来临。

今天申城多云为主，热力升级，气温起步29℃，预计最高将升至37-38℃，骄阳炙烤、酷暑难耐，防暑降温的措施一定不能松懈。

气象部门提醒大家，高温大气中积攒了不稳定能量，今天出现午后雷阵雨的概率增大，大家随身带一把便携的小伞，遮阳挡雨两不误，也要及时关注最新的预报预警信息。

周五周六的最高气温仍可达到或超过38℃，依然要注意防范午后雷阵雨的突袭。周日起天空状况更好，蓝天白云水晶天会很出片，摄影爱好者们可以准备起来了。

这波高温什么时候收场？从目前来看，下周热力逐渐衰退，周后期最高气温在30℃出头。另外，未来十天里南海和西北太平洋区域会有1-2个台风生成，

也将为下周上海的天气带来变数。

此前，中央气象台中期预报显示，7月下旬可能有1个台风影响南海北部海域以及华南或东南沿海。

按照台风命名表，未来生成的今年第3号台风将被命名为“格美”。

晨报记者 徐妍斐

一个夏季卖掉的邵万生糟卤汁，可供2万人洗“糟卤浴”

上海人对糟货爱得有多深沉

如今正是上海滩的“糟香季”，糟卤汁成为盛夏厨房中的秘密武器。从肥美的鲍鱼到诱人的鸡翅膀……简单煮制后，只需要浸一浸糟卤汁，就能轻松解锁酒店级美味，无论你是资深老饕还是厨房小白，都无法拒绝这一口。

而上海的老字号“糟醉大王”邵万生也到了最忙碌的时候，数百种新老糟醉美食令人目不暇接，一夏天卖掉的糟卤汁可供2万人洗糟卤浴，让千家万户的餐桌“糟香四溢”。

爆款特级糟卤汁

平均每天被上海人买走一万瓶

糟卤汁不仅是一瓶普通的调味料，也是城市味蕾的记忆符号。

在市民柳小姐的印象中，每到夏天，家中的餐桌上总常常出现糟卤拼盘的身影，糟毛豆、糟鸡爪、糟花生、糟大虾等等总是高频出现。“特别入味，如果当天做了糟货，就基本不需要其他菜了，一粒糟毛豆都能下一口饭，更别说糟鸡爪什么的了。”

郑阿婆对于糟货的记忆更加久远，她是从“零拷”年代过来的。“以前到店里买糟醉货，自己带碗带锅去装，买回去后再分装摆盘，拿筷子挑一点尝尝，滋味可足了。”

后来有了糟卤汁，自家做糟货也方便了。

不讲究的人家图省事，直接把食物煮熟了，浇上糟卤汁等一段时间；讲究的人家做起来也不简单，不仅各种香料、调味必不可少，五花八门荤素搭配的原材料一一准备起，也能忙活一下午。

家里做糟货，在辅料上做文章；而商家为了改进糟货的口味，就在糟卤汁的配方和工艺上“绣花”了。

2021年，由邵万生糟醉大师工作室研制的一款特级糟卤诞生，相比过去的普通糟卤汁，蛋白质含量和氨基酸态氮含量都更高，风味更鲜香浓郁，上市伊始就很受欢迎，当年平均每天可以卖掉3000瓶左右。而数年过去，伴随着知名度的打开与坊间的有口皆碑，目前这一数字上升到了日均销售1万瓶左右。

邵万生负责人向记者打了个比方：“我们现在一个夏天卖掉的糟卤汁，可供2万人泡上‘糟卤浴’。”

家中自制糟卤拼盘 善用各种独家小技巧

“糟货最大的优点就是简单，好吃，厨房小白也可以做。”近来迷上做糟卤拼盘的市民小徐常常搜索网上攻略，精进自己做糟货的技术。

一开始尝试时，她的步骤很简单，只是将食材洗一洗，煮一煮再用糟卤汁泡一泡，这样做出来味道也不错。但刷到别人做的攻略，才发现做糟货还有不少“小技巧”。

比如做糟毛豆前清洗毛豆，用双手揉搓毛豆来清洗“去毛”，哪怕清洗得很费力，也不如加一勺盐进去后轻轻揉搓，这样毛豆上的“毛毛”就能去除大部分了。剪毛豆两边的尖角的时候，也不宜剪去太多，“如果不剪，那不能入味；如果剪得里面的豆子都露出来了，那可能就会过咸。”为了让毛豆保持翠绿，焯水的时候时间不能长，或者放一些小苏打，可使毛豆不要发黄。

再比如，焯水完成后，不要用热的食材直接糟卤，而需要加一道放在冷水里的步骤，这样既可以避免口感发酸，做糟鸡翅糟鸡爪这样的荤菜时，肉质口感也可以更加爽脆。

对于“省事党”来说，一瓶糟卤汁可能足够了；但对于“精致党”来说，那材料准备起来就要复杂多了：葱姜料酒自不必说，桂皮、八角、香叶、陈皮等等香料缺一不可，花椒或泡椒等麻辣味也必须加进去，再淋上一点花雕酒，让糟货做出来的酒香更浓郁。如果是喜



欢甜口的家庭，那还需要来点冰糖。

至于浸泡糟卤汁需要多长的时间，不同的攻略说法都不一样，小徐觉得还是需要个人多次尝试。“比如糟大虾，有的人说只要放三十分钟，有的人说要在冰箱放一夜，只有自己试了才知道。”

数百种糟醉美食推陈出新 月饼季糟香芝士鸡腿饼来了

自己在家能做的糟货种类，素的有毛豆、花生、茭白、豆干等等，荤的有糟鹌鹑蛋、鸡蛋、荤腥的有糟鸡、鸭、鹅、猪的各种部位，还有大虾、花蛤、鲍鱼、黄鱼等等海鲜……可谓“万物皆可糟”。

自己动手之余，如今市面上还有众多现成的糟醉、糟香美食可供选择。

邵万生负责人介绍，目前全市有主卖糟卤熟食的邵万生门店33家，数百种糟醉美食，每天日销售额超过30万元。数年前研制出的特级糟卤汁可以说是如今邵万生糟醉工艺创新的源泉，将这一“源泉”加入到不同的食材中，研制出各种不同的时尚新美食。比如，近年来新上市的糟香粽子、糟香月饼、糟香八宝饭等。

“今年月饼季，我们就新推出了糟香芝士鸡腿饼，这是南京东路上第一款现做现卖的异形的月饼，我们也想以这款新品来与年轻人交流，探索他们的喜好。”

“乍一看就像是一只诱人的炸鸡腿，太好玩了。”微博上，有买到的网友热情推荐。

“糟醉美食大队”的序列有多丰富？

且不提黄泥螺、醉蟹这样的传统糟醉海产品，如今的糟醉工艺大类还有糟醉腌腊制品，比如糟香香肠、糟香五花腊肉等；糟香的速冻米面制品，如糟香大包、糟香拇指生煎、糟香馄饨等；以及糟香风味的饮品，最主要的就是糟香咖啡等……

文/晨报记者 徐妍斐
图/受访者提供

自制糟货保存请注意

糟货因其凉制的过程，如果加工、储存方法不当，在夏季很容易发酸、变质。因此自制糟货时，主张当顿吃完，不留剩菜。

即使做多了，也建议餐前分装，及时放入冰箱保存，而存货也最好在第二天就吃完。

