

上海老字号青团又上新了,快来尝尝鲜

大虾鲜肉青团、松子马兰头青团、素肉松花生酱青团……随着春天的脚步临近,熟悉的“绿胖子”也带着清香回归了。

记者从上海各老字号了解到,除了传统的豆沙、咸蛋黄肉松青团,上海又出现了一批新口味的青团。据介绍,清明节前将迎来上海市民购买青团的高峰期,各门店也在增加人手,满足市民的需求。



又出新口味:一只青团一只虾

位于中华路上的百年老字号上海德兴馆,最近外带档口因为青团上市又变得热闹起来了。记者看到,传统豆沙、咸蛋黄肉松青团今年依然准时“报到”,由他们首制的黑松露菜肉青团也继续供应,新口味“大虾鲜肉青团”也吸引了不少人的注意,四种口味有咸有甜,满足了男女老少顾客的喜好。

据店长王佳运介绍,大虾鲜肉青团的馅心为猪肉糜、鲜笋丁和青虾仁,“主角”大虾选用的是规格为三十到四十头的大青虾仁,相比普通虾仁的规格要大了约2-3倍,每一只青团都包了至少一只完整的大虾仁,因此吃起来“存在感”很强。

春季也是吃笋的季节,鲜嫩爽脆的春笋切成小丁,再与猪肉按比例搅拌调味,既提升了口感的层次又更显“春味”。猪肉糜也有讲究,以三分肥、七分瘦的配比调和,这样做出来的猪肉馅才能吃起来肥而不腻,热时还能喝到鲜美的汤汁。每只青团约为90克重,掂在手里沉甸甸的,且约1/3全是馅心,吃起来让人很满足。

“我很喜欢这家老字号的青团,每次看到我总归要买点吃吃的。”家住附近社区的市民张先生买了三盒“四拼”即每种口味各一只,准备与公司同事一起分享。

据介绍,为了满足市民们的购买需求,中华路店现在每天有5位师傅一起包制青团,预计清明前就将迎来高峰期,届时将再增加3人。

目前,大虾鲜肉、传统豆沙、咸蛋黄肉松青团已在中华路店、复兴荟店、昌里路店同步上市,黑松露菜肉青团仅限中华路店销售且每日限量供应,想要尝鲜的市民可以趁早尝鲜体验。

百年素菜馆也出“肉松青团”了

沪上知名的百年老字号春风松月楼以素食素点而闻名,这次他们又迸发了新创意,除了春季特色食材马兰头以外,还借鉴了“网红”咸蛋黄肉松青团,推出了令素食爱好者喜闻乐见的松子马兰头青团、素肉松花生酱青团。

松子马兰头青团顾名思义就是以春季时令食材马兰头为主,将其剁成颗粒后与松子仁、豆干均匀搅拌,吃时既可品尝到马兰头的清香,又有松子仁的油润感及豆干的柔韧,是传统的春日美味,因此特别深受老年食客的欢迎。“很多老客人一买就是6只,说只要吃到马兰头青团就觉得春天到了。”春风松月楼豫园店店长姜伟民说。

新推出的素肉松花生酱青团则更受年轻食客的青睐。花生酱、素肉松、海苔芝麻……丰富的配料让人吃第一口就觉得很惊艳,“没想到素的青团也能有肉的味道,让我很意外,也觉得很好吃。”90后王小姐路过松月楼时,看到外带档口里这一口“春天的味道”忍不住买上2只尝个新鲜。

店长姜伟民介绍说,这款青团是他们自主研发的新口味,今年首次推出,用仿荤的口味打破大众食客对于素食素点的传统印象,让人在品尝素青团这一传统点心的同时更能领略到传统美食文化技艺的创新魅力。

“我们希望让更多人领略到上海的素食文化,领略其背后的匠心技术‘含金量’。”据悉,现在购买马兰头青团三只、素肉松花生酱青团三只的特惠组合还能享原价约85折优惠。

文/见习记者 崔逸星
图/豫园文化饮食集团



汇聚青年力量 激活网格治理“一池春水”

——金汇镇秀苑居委社区微网格治理纪实

金汇镇秀苑社区辖区内有两个居民区,下设五个微网格,秀苑居委以“资源整合、力量集中、网格管理、精细治理”为治理方向,统筹多方力量,共同参与网格巡查等社区治理工作,助力提升社区治理水平和居民生活质量。

其中,一支充满活力的社区青年志愿队格外引人注目。居委积极号召社区青年,组建起了这支青年志愿队,鼓励他们踊跃参与网格治理,一起共商共治社区长期存在的各类顽疾。这些青年志愿者们,就像一股清泉,为网格巡查工作注入了全新的创新活力。

他们充分利用现代科技,借助社交媒体平台,建立起了社区安全隐患反馈群。在这个群里,居民们可以随时将身边发现的卫生死角、安全隐患等问题,用拍照的方式上传。这种便捷的方式,大大提高了社区问题的发现效率。不仅如此,青年志愿者们还积极参与社区组织的各类安全知识宣传活动。他们耐心地向居民普及安全防范知识,通过生动的案例和通俗易懂的讲解,让居民们的防范意识得到了显著提升,成功营造出了“社区安全,人人有责”的良好氛围。

同时,社区还组建了青年突击队,这一举措极大地



加强了青少年们与社区之间的联系,积极融入社区治理中。开展青年突击队活动,提高青少年对网格管理的认识,培养新一代社区管理接班人;在日常与伙伴玩耍时,留心关注小区内设施的维护情况,遇到破损物件时主动向社区网格员反映,避免安全隐患事件发生。

正是这些青年力量的注入,为网格管理带来了创新思维和无限活力,激活了网格治理的“一池春水”,让社区生活更加安全、有序、温馨。下一步,金汇镇秀苑社区将继续挖掘社区各方力量,引导居民提升自治意识,创新参与方式,提高社区自治率,真正做到“小事不出网格,大事不出社区”。

一平米博物馆·长须鲸馆开馆特别活动在闵行区田园外语实验小学成功举行

上海科技馆推出的“一平米博物馆”藏品进校园项目旨在将博物馆的珍贵馆藏资源转化为生动的教育素材,让科学的种子在校园的每一个角落生根发芽。近日,“鲸”彩世界——一平米博物馆·长须鲸馆开馆特别活动在闵行区田园外语实验小学举行。活动由上海科技馆主办,并获多方支持,多位领导及教育专家出席见证。



深耕科学教育三十载的田园外语实验小学,作为闵行区唯一入选教育部首批“全国中小学科学教育实验校”的小学,将长须鲸馆建设视为育人方式变革的重要支点。学校校长赵奕群在致辞中强调,田园外语实验小学正着力构建“书中学、用中学、做中学、创中学”四位一体学习体系,通过馆校协同机制开发跨学科项目化课程,为创新人才早期培养筑牢基础。目前已组建由18名学生构成的“小馆长”团队,形成学生自主管理的科普实践新模式。

活动现场同步发布了《“鲸”彩世界》区域共享课程,该课程旨在通过科学探索、艺术表达与生态保护的有机融合,激发学生的创新思维和实践能力。活动中,还特别邀请了多位教育领域的知名校长和教育专家担任专家顾问。颛桥镇党委书记黄林平表示,

全镇正着力打造“科学教育生态圈”,此次合作将推动“家门口的科普课堂”建设,培养更多绿色未来的倡导者和践行者。值得关注的是,上海科技馆携手上海市海洋局及颛桥学区,共同发起“守护蓝色家园,共筑海洋未来”海洋保护计划倡议书。全国政协委员、上海科技馆馆长倪闽景作“鲸”彩世界主题演讲,深入剖析鲸类演化历程及其在海洋生态系统中的价值,激发师生对海洋保护的热情。

一鲸一世界,方寸见乾坤。长须鲸馆的启幕,不仅是科学教育标杆的再升级和再飞跃,更是馆校协同育人模式的创新实践和生动写照。在这片充满智慧与希望的“鲸”彩天地中,未来的科学家、生态守护者将从这里扬帆起航,以更加坚定的步伐和昂扬的姿态迈向人与自然和谐共生的美好未来!

“老少相携 与光瞳行”

——2025年奉贤区慈善公益项目启动

随着人口老龄化和社会经济发展,眼健康问题日益凸显。奉贤区民政局积极牵头,联合上海市慈善基金会奉贤代表处,携手奉贤区本心公益服务中心以及上海普瑞眼科医院,共同发起了奉贤区“老少相携 与光瞳行”慈善公益项目。该项目聚焦为弱势群体提供眼健康支持,致力于改善他们的生活质量,为他们的“睛”彩生活助力。



心的灯柱逐渐点亮,也标志着奉贤区的慈善公益行动迈入新阶段。

最后,奉贤区本心公益服务中心理事长杨安为大家详细介绍“老少相携 与光瞳行”慈善公益项目的具体内容及执行计划。

赋能培训中,讲师雷海波通过案例分析、情景模拟等形式,帮助志愿者深入讲解在社区服务中的角色定位与协作技巧,并着重强调如何通过有效沟通激发团队潜力。

此次活动不仅是一场启动仪式,更是一次慈善公益理念的传递。未来,“老少相携 与光瞳行”慈善公益项目将持续整合资源,深化多方协作,推动慈善公益服务精准化、常态化,助力奉贤区构建更具温度与凝聚力的社区生态。

上海市黄浦区黄浦青少年业余体育学校击剑运动员蔡智杰亚青赛获佳绩

在2025年亚洲青年击剑锦标赛的赛场上,上海市黄浦区黄浦青少年业余体育学校击剑运动员蔡智杰以其敏捷的身手和冷静的判断力,在男子佩剑个人赛中一路过关斩将,最终荣获第七名的佳绩。在团体赛中,他与队友们默契配合,共同拼搏,最终摘得第五名的荣誉。这些成绩不仅是对蔡智杰个人技艺的肯定,更是对黄浦区少体校击剑项目培养模式的一次成功验证。



蔡智杰的成长轨迹,是黄浦区少体校击剑项目发展的一个缩影。自2019年起,他在黄健荣教练的悉心指导下,日复一日地刻苦训练,不断突破自我。他的剑尖舞动间,不仅挥洒着汗水,更凝聚着对击剑运动的热爱与执着。在国内赛场上,蔡智杰屡次登上领奖台,他的名字逐渐在击剑界传开。2024年10月,他以17岁的年纪,直接从黄浦少体校跃升至国家青年队。这一跃,不仅是对他个人能力的认可,更是黄浦区击剑人才培养模式的体现。

黄浦区对击剑项目的重视,体现在一系列切实可行的措施上。区体校不断完善训练设施,为运动员提供了优质的训练环境。体教融合的推进,使得学生

在学术与体育之间找到了平衡,而加强与俱乐部的合作,则为运动员提供了更多实战经验和交流机会。2024年黄浦区击剑协会的成立,更是为击剑运动的普及和人才的选拔搭建了一个广阔的平台。蔡智杰的成功,只是黄浦区击剑项目发展的一个起点。随着更多像他这样的新星在击剑的天空中冉冉升起,黄浦区击剑项目的未来无疑将更加辉煌。这些年轻的剑客们,正以他们的青春和热血,书写着黄浦区击剑运动的新篇章。