

奇葩口味没落，传统冷饮回归

今夏冰激淋，“拥抱经典”重健康

生活发现



林芯仰

随着三伏天来临，我们步入“小暑大暑，上蒸下煮”的闷热季节。而对很多人来说，夏天就是从一瓶冰镇汽水、一支雪糕、一个冰激凌开始的。

据中国饮食行业协会调查数据显示，2019年，中国冰激凌市场规模达1380亿元，冰激凌市场规模稳居全球第一，预计2021年市场规模有望超过1600亿元。

传统品牌焕发新颜，经典口味升级归来

夏天不仅是吃冰的季节，也是怀旧的时刻。如果让我选择一款最能代表儿时夏天的冷饮，那必然是伊利的小布丁雪糕。

而对于北京人来说，老字号“北冰洋”不仅有汽水，还有经典的双棒冰棍、雪人雪糕等。今年北冰洋的双棒冰棍发展出了香浓可口的牛奶口味与营养醇香的黑芝麻口味的结合。

不只是北冰洋，京城老字号茶庄吴裕泰今年也推出了茉莉花茶和抹茶味的冰激凌。而在北京的7-11、全家等便利店，冰柜里堆满的冰激凌新品，与前两年奇葩口味迭出不同，今年新品大多是传统经典产品的升级版。



绿豆等经典口味的冷饮产品。新奇品种的回购率并不高，人们在尝鲜后还是会选择那些长久留在舌尖上的味道。

笔者也采访了几位冷饮经销商，他们大多表示，自己经营冷饮十余年，销售情况最好的还是双棒、小豆冰棍这些传统经典产品。前两年，各种奇葩口味产品疯狂上市，但从去年底市场开始回归。

的猎奇心理，“但冰激凌本身是甜品，猎奇的人不多，尝过后也通常会回购”。

创建于1906年的马迭尔，如今无论严寒酷暑，每天都能卖出1万多支雪糕。在人头攒动的哈尔滨中央大街，买支马迭尔冰棍拍照，几乎成为标准动作——不为消暑解渴，只为打个卡。

是一次难得的文化体验。”

尽管冷饮口味日趋丰富多元，但今年市场总体已有返璞归真的势头。谷雨数据统计的“电商网站上最受欢迎的十类雪糕榜单”显示，和路雪、光明、伊利和蒙牛，这些我们从小吃到大承载着童年记忆的雪糕品牌，仍然是众多消费者的心头好。

冷饮好吃、健康，才能“网红”变长红

新奇口味花样翻新，造型款式精雕细琢，但无论如何变化，冷饮终究是食品，入口入胃是它的根本，而从“网红”变成长红的关键，就在于产品能否由口入心。

“健康逐渐成为衡量冷饮品质的重要维度。”伊利冷饮事业部相关负责人说，连续多年稳坐国内冷饮市场头把交椅的伊利，今年大打健康牌，推出“来点燕麦”冰激凌，用牛奶搭配天然燕麦颗粒，乳蛋白和植物蛋白碰撞出美味与健康。

一位冷饮经销商也感觉到冰激凌产品正趋于健康化，“消费者希望产品更加真材实料，也希望口味更加丰富健康”。如“雪糕新贵”钟薛高继去年和五芳斋联名推出“清煮箬叶”雪糕之后，今年又接连推出杨梅奶冰、杏仁奶冰、荔枝葡萄奶冰、芝士草莓等水果风味，低糖低脂，清爽健康。

近日，一则名为“雪糕起步价涨至2元”的新闻登上微博热搜引发热议。而谷雨数据显示，截至6月23日，某网购平台上的815款雪糕中，单价大于10元的雪糕占52.7%，大于20元的占比超过了10%。

如果说，过去一支雪糕、一瓶汽水陪伴了几代人的成长，那么如今则是同一代人见证着不同冰饮品牌的变化升级。而冷饮功能也在变，逐渐承载起更多文化属性和社交属性。

· 相 / 关 / 链 / 接 ·

冰激淋与雪糕是一回事吗？

生活中，人们常常会把冰激凌、雪糕混为一谈，即便知道有所区别，也很难说清楚。有人说看包装：盒装的是冰激凌，有木棍的是雪糕；有人说看口感，软的是冰激凌，硬的是雪糕。

首先，两者脂肪和蛋白质含量不同。国家标准规定冰激凌脂肪含量≥5%，蛋白质含量≥2.2%；要求雪糕的脂肪含量≥1%，蛋白质含量≥0.4%，这是冰激凌和雪糕的“及格线”。

其次看感官特征。国家标准中提到雪糕的感官特征之一是“冻结坚实，细腻滑润”，而对冰激凌的要求则没有“冻结坚实”。

第三可以看包装。制作工艺中，冰激凌的膨化率比较高，硬度较低，非常软，一般都用盒子、小碗或甜筒包装。而雪糕的含水量更高，膨化率较低，硬度高，一般会附着在木棍上。

智活妙招 黄瓜酸奶汤 消暑开胃

夏天炎热，许多人没胃口，建议多喝些清淡汤水以防过于滋腻妨碍脾胃，推荐一款黄瓜酸奶汤，可开胃消暑。

食材：酸奶500g、黄瓜1根、核桃15g、橄榄油半勺、食盐、黑胡椒粉适量(1-2人量)。

做法：黄瓜削皮去瓤后切小块放入盆中，放入适量盐、黑胡椒、果醋和橄榄油，核桃仁碾碎加入其中；酸奶加入清水(300-500ml)后搅拌均匀后加入其他材料继续搅拌；放入冰箱半小时后即可食用。

功效：开胃消暑、调节肠道菌群。酸奶不仅风味独特、营养丰富，还有抗炎、调节肠道功能等保健作用。加入黄瓜使其更加有清爽感觉，核桃也是用来增加层次感的健康食材。喜欢细腻和倾向更厚实一点口感的，还可以自己添加些牛油果和水果干。(胡珍)

如何腌制水晶糖蒜？

新鲜蒜瓣好吃，最适合腌糖蒜了。推荐一个15天腌“水晶”糖蒜法，颜色晶莹剔透，味道酸甜可口，好看好吃，开胃下饭。

配料：新鲜大蒜2500克、冰糖(或白糖)800克、米醋(或白醋)1500ml、食盐50克、白酒10克，大蒜最好用白皮大蒜，辛辣度比较低。

做法：1.把大蒜清洗干净，去掉蒜根和外皮，留下一层薄薄蒜衣；准备一盆淡盐水，把大蒜放进去，盐水要没过大蒜，浸泡一天一夜，中间换一次盐水。这样既能杀菌消毒，又可去除大蒜的辛辣味。

2.大蒜泡好后捞出来控干水分，放在阴凉处晾干表面水汽，可把大蒜底部稍微切掉一点方便浸泡入味。3.准备一个无水无油的干净玻璃罐，把控干水分的大蒜放进去，铺一层大蒜，撒一层冰糖，接着再铺一层大蒜，撒一层冰糖，直至放满；倒入米醋，没过大蒜；最后倒入少许白酒封口，既可增加风味和口感，还可以杀菌延长保质期；拧紧瓶盖，放在阴凉避光处存放。

大概15天左右，糖蒜就变成半透明，可以吃了；一个月以后，会彻底变成晶莹剔透的水晶糖蒜。(霍峰)



智玩时尚

“几何感”蘑菇褶，吹起夏日时尚风

馨月

夏天哪种材质轻便、透气、好打理，而看起来又时髦高级？我必须投“蘑菇褶”一票，优雅、俏皮、极简、浪漫……这些风格它都可以轻松营造出来。

蘑菇褶(Mushroom Pleats)是近年来最热门的褶皱类型之一，因与蘑菇背面的褶皱十分相似而得名。这种面料非常紧密细致，自带的松紧效果显瘦减龄。蘑菇褶的褶皱有大小之分，穿起来效果也不一样，稍密集的小褶皱，视觉感很吸睛；而宽松式样的大褶皱，看起来比较大气，穿在身上时尚感更强。

上衣。衬衫式褶皱上衣穿起来很有时尚感，对身材修饰感也很强。多色设计的组合，看起来也更丰盈。比起单调的针织衫，这种不平整又微透的上衣更能打造慵懒又复古的少女感。

而且有一点厚度的褶皱带有一些膨胀感，身材单薄的人刚好可用此来打造丰满上身。也不要害怕选择亮色，夏天穿个亮色蘑菇褶上衣正好是全身亮点。

裤装。直筒裤版型搭配蘑菇褶设计，让腿部线条感更饱满的同时又打破了整体单一沉闷的感觉。自带垂度的阔腿裤加入蘑菇褶后，挺括感超级棒，还能遮小腿肚，比起普通裤装更清凉舒服。由于蘑菇褶的小细节足够精彩，应尽量搭配同色或素色上衣，更显高级感。如果在颜色上不敢挑战，可在材质上多做花样，比如光泽感强的蘑菇褶连体裤相当有设计感。

裙子。褶皱和裙子是天生的黄金CP，能瞬间丰富层次感，提高时髦度。蘑菇褶连衣裙因为紧贴身体线条，即使H型身材穿着也能放大曲线感，很优雅。蘑菇褶最适合用在各种纱质和丝质连衣裙上，原本这两种材质尽显温柔浪漫气质，再加上细细密密的蘑菇褶，更有女人味。

蘑菇褶本身具有一种“几何感”，在穿着蘑菇褶连衣裙时不要有太多其他颜色做点缀，选择同色或黑、白、灰等基本款单品就足够了。

套装。褶皱套装穿起来简约大方，一点不用担心会“踩雷”。蓝色蘑菇褶套装，看似随性自在，又很有复古感，尤其是袖口和裤脚都是伞状褶皱袖口，举手投足间还增加了衣服的飘逸动感。

蘑菇褶的美在于超级轻薄，穿了就不想脱，无论居家还是上班都无敌舒适，也很适合旅行时携带，一点不占空间。

