

# 《繁花》“宝总泡饭”走红 长期吃泡饭健康吗？



近日，走红全网的电视剧《繁花》带火了胡歌同款“宝总泡饭”。在剧中做出这道菜的夜东京老板娘玲子饰演者马伊琍更是表示，自己至今早饭还经常吃泡饭。

泡饭是上海的一道传统美食。资料显示，上海泡饭分两种，白泡饭是隔夜冷饭加水烧开或者干脆就用开水泡一下即食。咸泡饭则是隔夜冷饭加上隔夜菜烧开，连水带饭一起下肚。

随着“宝总泡饭”的走红，“吃泡饭是否健康”的话题也引起了公众关注。有人认为，泡饭就像米粥一样绵软易消化，可以养胃。但也有人表示，吃饭时不应该喝水，泡饭是伤胃的。

近日，记者就此采访了成都医学院第一附属医院副院长肖江卫教授，就大众关心的“泡饭”问题答疑解惑。采访中，记者了解到，水泡饭和米粥有较大区别，易消化也不等于养胃，大多数人偶尔吃一下泡饭对身体不会造成伤害，但最好“科学吃美食”。

欢迎刊登/分类信息

刊登热线:0951-6014331

## 减资公告

宁夏花田半亩生态农业科技有限公司，统一社会信用代码：91640100MA7LIBUW7N，拟将注册资本金由160万元减至6.6万元整，请相关债权人在见报日起45日内向本公司申报。要求清偿或相应的担保，逾期本公司将依法减资。宁夏花田半亩生态农业科技有限公司

## 遗失声明

●宁夏陨石收藏研究会遗失开户许可证，核准号：J8710018628601，开户行：中国建设银行有限公司银川满城南街支行，特此声明。  
●曾田生（身份证号：640102194509150016）遗失医师执业证，证号：241640104000041，特此声明。  
●父亲任浩（身份证号：130425199603271053）、母亲郭丹丹（身份证号：612726199409110925）遗失孩子

任奕宁遗失出生医学证明，出生日期：2023年1月17日，出生证号：W640012562，声明作废。

●张自洪（身份证号码：640111197003141235）遗失新安家园东区14号楼1单元101室物业储备金收据，票号：00411689，金额：4544.5元，开票日期：2016年10月13日，房屋面积：90.89平方米，特此声明。

●胡芬遗失与银川北环蔬菜果品综合批发市场管理有限公司（借款单位）签定的借款协议，借款金额：270000元整，借款期限：2017年4月10日至2017年7月9日，特此声明。

●胡芬遗失银川北环蔬菜果品综合批发市场管理有限公司开具的收据一张，票号：0056874，金额：270000元，特此声明。



登广告 办挂失 登公告 今日有



刊登热线:18909588251(微信同号)

