

炕锅三文鱼：城东餐桌上的鲜味

——“吃在东区”系列报道②

炕锅，是青海人刻在骨子里的味觉记忆。在寒冷的高原冬日，一口炕锅能温暖整个寒冬；土豆煎至外焦里糯，粉条吸足肉汁，牛羊肉在炭火炙烤下香气四溢，撒上一把孜然辣椒，便是最地道的高原烟火气。而三文鱼，这一来自深海的“水中珍品”，以其粉嫩的肉质、入口即化的口感，向来是精致餐饮的代名词。谁能想到，当深海的鲜遇上高原的“炕”，竟能演绎出如此奇妙的味觉盛宴。

走进位于城东区湟中路的舒迩布炕锅王，一口厚重的铝锅架在炭火上，油脂与香料在高温下翻滚交融，原本承载着牛羊肉的高原烟火，如今竟裹着深海三文鱼的鲜嫩，成就了餐桌上的“鲜味革命”——炕锅三文鱼，正以其独特的魅力，让每个食客都为这高原与深海的碰撞而惊叹。

这道创意菜品的诞生，源于一位西宁本地厨师、舒迩布炕锅王创始人马金林的“灵光一现”。“青海人对炕锅的热爱深入骨髓，而三文鱼的鲜嫩又极具特色，我就想，能不能把两者结合起来，给大家一个惊喜？”为了找到最佳配比，他反复调试：鱼必须选用青海龙羊峡三文鱼；三文鱼不能烤太久，必须外皮微焦，内里保持粉嫩，这样才能锁住鲜味；调料的比例更是关键，既要突出三文鱼的鲜度，又要保留炕锅的厚重感。经过无数次尝试，当第一口炕锅三文鱼出锅时，浓郁的香气便征服了所有人。

端上桌的炕锅三文鱼，光是视觉就让人垂涎欲滴。铝锅内，粉嫩的三文鱼片蜷缩在中间，边缘带着一丝焦香，葱花、大蒜的香气与辣椒、孜然的浓烈相互交织，色彩丰富而有层次。用筷子夹起一块三文鱼，外皮微焦，内里却依旧鲜嫩多汁。“原本以为三文鱼只能生吃或清蒸，没想到炕锅烤出来这么香，既有深海的鲜，又有高原的烟火气，太绝了！”一位外地游客一边拍照一边赞叹。



海龙 摄

“以前在外地只吃过生三文鱼，没想到在青海能吃到炕锅版的，太惊艳了！”来自成都的游客小周举着筷子，迫不及待地夹起一块三文鱼。“这口感太奇妙了，既有深海的鲜，又有高原炕锅的烟火气，一口下去浑身都暖了！”她的同伴一边点头附和，一边忙着给炕锅拍照，手机屏幕里，翻滚的热气与金黄的食材构成了最诱人的画面。

邻桌的一家三口正吃得津津有味，小朋友拿着小勺子，小心翼翼地舀起一块三文鱼，“爸爸，这个鱼好嫩呀！”爸爸一边喝着熬茶，一边感慨：“我们青海人就爱吃炕锅，没想到加了三文鱼这么洋气，既保留了传统的味道，又有新花样，这就是我们青海人的创新！”

不远处，几位本地老人正围坐在一起，面前的炕锅冒着热气，他们一边品尝，一边

闲聊。“以前的炕锅都是牛羊肉，现在加了三文鱼，味道一点不违和，反而更鲜了！”“这就是我们青海的包容，不管什么食材，到了我们的炕锅里，都能变成美味！”老人的话语里，满是对这道创新菜品的认可，也透着对高原饮食文化的自豪。

青海炕锅三文鱼，这道诞生于街头巷尾的创新菜品，不仅征服了食客的味蕾，更书写着高原饮食文化的包容与创新。当你走进西宁的街头巷尾，不妨停下脚步，点上一份炕锅三文鱼，在炭火的炙烤中，感受这份跨越山海的舌尖奇遇，体会高原烟火里的温暖与惊喜。

(记者 施翔)

古韵西宁·暖阳有约

把安全装进百姓的“菜篮子”



的核心交易区，民警辅警通过高频次的动态守护有效挤压了违法犯罪空间，让群众切身感受到安全就在身边。在消防通道区，执勤警力积极疏导、有序引导，全力防范因人流聚集导致的拥堵与安全隐患，确保生命通道畅通无阻。通过一系列扎实举措，城西分局不仅有效破解了早市巡逻“大水漫灌”的难题，更以民警的辛勤汗水换来了秩序与安全的双提升，实现了治安管理和群众满意度的良性互动。

全时巡查，靶向整治清除安全隐患

“老板，您的液化气罐软管有点老化，赶紧更换一下，安全第一！”“大姐，您的摊位别超出黄线，既影响通行，还占用了消防通道。”在清晨6点的早市，巡逻民警辅警早已就位，逐户开展安全隐患排查。在消防安全方面，重点检查商户是否违规使用液化气罐、电器线路是否老化破损、消防器材是否完好有效、消防通道是否畅通等；食品安全方面，配合市场监管部门核查商户经营资质，提醒商户规范储存食品，杜绝销售过期、变质商品，向市民普及食品安全鉴别知识；在治安防范方面，聚焦扒窃、盗窃、诈骗等突出问题，通过典型案例剖析、防范技巧讲解等形式，向商户和市民普及安全知识，筑牢社会治安群防群治坚固防线。此外，民警辅警还重点关注早市中的矛盾纠纷，针对摊位占用、价格争议等常见问题，坚持“早发现、早介入、早化解”，采用“耐心劝导+法治宣讲”的方式，成功化解各类矛盾纠纷，做到“小事不出早市、大事不出辖区”，织密预警处置网。在人员最为密集

暖心服务，警民同心共绘平安图景

巡逻民警辅警在筑牢安全防线的同时，主动化身为“便民服务员”，用一次次伸手、一件件小事，串联起守护市民的温暖链条：有老人买菜不便提携，他们主动上前帮忙送至路口；有商户的货架被风吹倒货物洒落一地，他们迅速上前帮忙捡起；有装满菜的三轮车在坡道上熄火无法前进，他们合力上前将三轮车推上斜坡……这些看似平凡的举动，在日常往复中积累成群众实实在在的信任。“现在逛早市，既能看到警察巡逻，又能感受到贴心服务，买东西特别放心！”如今，在早市上，警徽熠熠生辉，民警辅警的身影穿梭在人流中，成为了辖区群众最信赖的“平安符号”。通过不间断地对辖区早市开展巡逻防控工作，有效遏制了盗抢骗等危害群众安全的案件，提高了辖区群众的安全感和满意度。

记者手记

一场早市，半城烟火。当晨光一寸寸点亮古城街巷，城西区各处早市上早已人头攒动，一片热闹景象。城西分局民辅警始终坚守在一线，推动工作模式从事后处置向事前预防转型，及时掌握各类矛盾纠纷隐患，做到早发现、早化解，用耐心和智慧将矛盾化解在“烟火气”中，让群众在购物的同时，也能够感受到城市的温暖与安宁。

平安西宁
公安一线

本栏由西宁市公安局与西宁晚报社合办

西宁市安全隐患举报受理情况日报

11月29日，西宁市共收到安全隐患举报48件，其中12345政务服务便民热线接收举报46件、西宁市应急管理局接收举报

1件、西宁市消防救援支队接收举报1件，主要反映小区物业、消防安全、市政道路等问题，已及时联系相应县区政府核实处理。

安全隐患有奖举报

●微信小程序举报（扫描二维码）
●信访举报：举报地址为市或各县（区）、园区应急管理局、消防救援机构办公地址
●电话举报
服务热线举报投诉电话：0971-12345
健全生态举报投诉电话：0971-8230155
消防安全举报投诉电话：0971-6333599

我省5个标准化试点项目成功获批

本报讯(记者 小蕊)近日，国家标准化管理委员会印发《关于下达2025年度国家标准化试点项目的通知》，我省申报的“青海蕨麻智慧种植标准化试点”等5个标准化试点项目全部成功获批。试点项目覆盖智慧农业、服务业、社会管理与公共服务三大领域，标志着我省在标准化建设与重点产业、民生服务深度融合上取得显著成效。

试点项目紧扣我省发展实际，聚焦产业升级、民生改善和治理增效关键环节，展现出鲜明的“青海特色”。在智慧农业领域，2个标准化试点依托青海独特的冷凉气候与生态优势，围绕特色作物全链条打造标准化范式，探索解决传统农业技术零散、品质不稳、市场竞争力弱等问题，推动高原特色农业从“粗放式种植”向“标准化量产”转型，为青海打造“绿色有机农畜产品输出地”奠定技术根基与质量标杆，助力生态优势转化为产业优势。

在社会管理与公共服务领域，针对青海地域辽阔、州县分散导致的服务半径大、群众办事不便等难题，以“青海贵德政务服务‘高效办成一件事’标准化试点”为载体，通过流程优化、服务延伸，让高原群众享受更高效、更便捷的公共服务，不仅提升了群众获得感与满意度，更形成了符合高原地区治理特点的政务服务标准化经验，为高原地区推进治理现代化提供可复制的宝贵经验。

在服务领域，以“青海家宴服务标准化试点”建设为重要抓手，将青海多民族文化内涵与生态食材特色融入服务标准，通过规范传统技艺、统一服务流程、强化品牌塑造，让青海的饮食文化、民族文化、生态文明借助标准化载体实现系统化呈现与规模化传播，既保护传承了优秀传统文化，又为助力青海“国际生态旅游目的地”建设增添了新活力。

省市场监管局将加强对试点项目的指导协调，推动项目承担单位完善标准体系，探索应用经验，确保试点形成可复制、可推广的标准化工作模式，为全省相关领域高质量发展提供标准支撑。

西宁居家护理服务上线 4个月满意度100%

本报讯(记者 悠然)为深入贯彻国家及西宁市“互联网+护理服务”试点工作部署，紧扣区域老龄化加剧、特殊群体“出院后护理断档”“往返医院耗时久”等民生诉求，西宁市第一人民医院历经4年系统筹备，于2025年7月上线市区首家“护士到家”线上服务平台，率先实现“院内一家庭”护理全链条覆盖。截至目前，订单响应率100%，高效破解特殊群体“就医远、就医难”困境。

据了解，为确保“互联网+护理服务”有序推进，西宁市第一人民医院构建权责清晰的“三级联动”管理体系。建立以党委书记为组长的一级决策层，每月专题研究解决平台运行关键问题，形成决策意见52条；护理部下设专项工作室作为二级执行层，负责护士管理、订单审核等日常工作，回访率100%。制定“高标准准入、系统化培训、动态化考核”机制，筛选231名具备5年以上临床经验的护士组建服务团队，其中专科护士占比32%，平均临床经验15.3年。通过40学时专项培训及“理论+实操”考核，准入上岗；建立月度考核与季度评优机制，将满意度、服务质量等纳入考核。组织20名多学科专家论证确定27项服务项目，明确“五不服务”风控原则；线上实时追踪服务进度，线下护士携带标准化出诊包及电子记录仪，严格执行“核对—告知—操作—确认”流程，关键步骤全程可追溯；48小时内完成满意度回访，收集建议28条，优化服务细节8项，实现居家与院内服务同质同标。平台运行4个月来成效显著，已覆盖西宁市4个主城区，服务高龄失能老人、术后康复患者、母婴等群体，满意度达100%，切实解决群众急难愁盼。