

散记

椰子:生命中最重要的水果

——巴厘岛见闻录



本文记者和椰子工坊创始人 Anneke 女士(右1), Gwen 女士(正中)及国际著名当代青年艺术家、泽一乃柏·蓝君女士(左2)品尝自制椰子酒

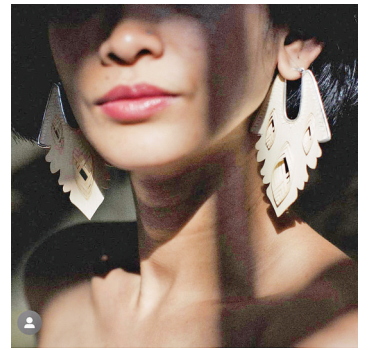


Gwen 女士分离椰子肉和椰奶



当地人将塑料杯悬挂在椰子花芽下

更是将椰叶在近日的“Make A Scene”椰叶艺术活动中用椰叶来搭配 John Hardy 的顶级银饰来制作成耳环、头插及配件等,更是将椰叶打造成顶级的艺术精品。



椰子叶与 John Hardy 银器结合的时尚精品

本人就是一位铁铁的“椰子迷”,了解我的朋友都知道,如果搭乘我的车里脚下没有踢到椰子,感觉都很不习惯。除了我的医生朋友一直再叫苦连天椰子汁多喝体质太凉,除此之外没有任何找不到要拒绝它的理由。终于在此下定决心罗列和总结一下其“全身都是宝”的价值!其实不仅对于我,大部分巴厘年壮的小伙子或农民们只需一根绳子几秒钟就登到高大的树顶将椰子拿下,还笑着说“幸亏巴厘岛房屋都不可超过椰子的高度,再高就爬不上”。听

似笑话,但确实是巴厘岛建筑高度的明文规定(约30米高),足以看出其在当地百姓生活中也是扮演着不可分割的角色。

一、椰肉

取新鲜椰肉在太阳下晒1-3日后,成碎片状可加上一些酸甜酱用来佐食或蜂蜜掺在麦片当作一份营养早餐,或不添加任何风味直接作为健康的椰片,自带微甜;如用食物机打磨2-4次至足够细,即成面粉用来烤制椰香面包或饼干;如更需挑战,可在椰肉中加点水和氢氧化钠,放在最爱的蛋糕模具

形状中,室温下(约23度)一晚上后就可以凝固成一块可爱实用的肥皂。如果没有时间或天气进行日晒,可直接用榨汁机打制几秒至粘稠状即成新鲜酸奶,添加自我喜爱的坚果或甜味;如继续打汁,就会成为丝滑的椰奶。

二、椰汁

将椰汁放入烧锅并用火(推荐椰壳)约煮3个小时,随后其水和油的成分就会自然分离,便可得到美味实用的椰子油。巴厘岛人也将椰子油称为“瓶子中的药店”,既可作为健康的食用油作为烹饪,易

被人体消化吸收,还可直接混合新鲜芦荟肉搅和均匀放置于冰箱1周,秒变成天然美白天然滋润霜。

三、椰叶

巴厘岛人喜欢用晒干后的椰叶编织成各种篮子或坐垫,甚至用来包扎配猪肉沙爹的米团,其倒挂的售卖在大街小巷中与其说是一种食物,更是一件“街头艺术品”。在巴厘婚庆或者各类仪式中,艺术工匠用各种椰叶编织巨型雕塑来对房屋和街道进行装饰,可谓是创意连连。目前,Chloe 和 Gus Ari

四、椰壳

除了作为一种简单的焚烧火源,巴厘岛人也按照其实际形状作为食物容器,同时加工成勺子、筷子等实用品;此外,还直接使用晒干后的纤维加工成包装的材料。

如果身边有着大量的椰子树,尤其是住在印尼或热带的朋友们,不妨在最后挑战自我来一次家酿椰子酒。其不仅保存了椰子原有的椰味浓郁,同时酒味清香、酒度不高的饮品适合各类人饮用,营养价值极为丰富的汁液也具有抗疲劳和提高免疫等显着功能。

其酿造也非常简单可操作:tu,花芽每小时渗出约50-65毫升的汁液;当汁液滴入竹筒后,就直接在竹筒内自然发酵酿酒,制成酒精浓度为10%的酒;如需更高的酒精度,可补充糖质后再次进行发酵。

看了此文之后,或许您也会和我一样成为下一个“铁杆椰子迷”。

本报记者 叶露



自制椰子肥皂



椰子工坊 (Coconut Academy) 自制椰子酒



椰肉制成的各种健康零食



展示椰子油从椰奶中自然分离

泗水市政府希望中小微型企业产品吸引星级酒店



李妮在观看产品



在 Wonocolo Corner 区摆设的产品

【本报泗水讯】2021年11月1日,由于紧急限制令(PPKM)规则,自2021年7月起停止运营。泗水 Jemursari Ibis Styles Hotel 的中小微型企业 Wonocolo Corner 中心由泗水 PKK 动员小组主席,泗水市长夫人李妮(Rini Indriyani Eri Cahyani)主持开放礼。

一些中小微型企业,向这家五星级酒店的客人推销产品。这是中小微型企业与旅游业之间和谐合作的一种形式。

泗水 Ibis Styles Jemursari 总经理 Ricky Coen Arifin 表示希望 Wonocolo Corner 能够成为 Wonocolo 区中小微型企业成长和发展的地方。

他说,“通过创新和多样化的中小微型企业产品,希望它们能够吸引入

住这家酒店的客人购物。除了增加销售额之外,在当前的新冠疫情大流行期间,我们希望这项活动能够帮助中小微型企业恢复经济能力。”

同时,李妮表示,希望 Wonocolo Corner 可以成为泗水其他酒店的榜样。

她说,“这项合作作为泗水的创意 UMKM 行业开辟了机会,与旅游业同步发展。因此 UMKM 产品可以

成为星级酒店的吸引力之一。”

李妮总结道:“我们希望展示能够吸引游客的创意 MSME 产品。这是政府和私营部门之间的协同作用,在1级大流行期间重振社区经济。”

目前, Wonocolo Corner 可容纳10名非餐饮 UM-KM 创意产业参与者,以销售时尚产品和配饰。

@Nto tse/HKJ



UMKM 的服饰品

【本报讯】食品药品监督管理局已颁发许可证,允许6-11岁儿童紧急接种科兴疫苗(Sinovac)生产的科诺瓦克®疫苗(Coronovac),开始当面学习,印尼儿科医生协会(IDAI)发布了针对6岁及以上儿童的新冠疫苗(Coronovac)接种的更新建议。

IDAI 建议向6岁及以上儿童接种科兴疫苗

印尼儿科医生协会中央理事会主席巴萨拉(Piprim Basarah Yanuarso)儿科医生发布最新的建议,是因为儿童也可能被周围成年人感染,即使他们没有症状。

他在书面说明中称:“因此,持续控制新冠肺炎在印尼传播,是非常重要的。”

根据国家新冠肺炎工作组的数据,截至2021年11月1日,感染新冠肺炎

的儿童病例比例为13%。因此,印尼儿科医生协会建议:对6岁及以上儿童进行新冠疫苗 Coronovac® 接种,其中 Coronovac® 疫苗以3ug(0.5毫升)的剂量肌肉注射两次,第一剂

至第二剂的时间距离为4周。

印尼儿科医生协会还警告说,以下症状儿童禁忌接种新冠疫苗:

原发性免疫缺陷、不受控制的自身免疫性疾病

\*、古兰巴雷综合征、横贯性脊髓炎、急性播散性脑脊髓炎、正在接受化疗/放疗的癌症儿童\*、接受严重免疫抑制剂/细胞抑制剂治疗的儿童,目前发烧37.50摄氏度或以上,儿童最近从新冠肺炎恢复不到3个月,其它免疫接种后不到1个月。(松鹤)