

东努省一日传统美食之旅

在东努旅游期间肯定少不了尝试当地最典型的美食。在此总结最为典型的一日三餐献给未来的游客们在大饱眼福之际,足够满足您的味蕾需求与传统文化的共融。

早餐篇

喜爱咖啡的人一定不会来自东努省弗洛雷斯到咖啡陌生。著名的弗洛雷斯阿拉比卡咖啡种植在1200米至1800米的高度的树荫下,一般在农场进行湿处理,带有巧克力、花香和木香的独特风味,是得其在世界著名咖啡行列上也占有一席之地。岛上最著名的当属La Bajo老字号咖啡产品,其咖啡豆种植于火山灰后的肥沃深色土壤,同时也带有一丝新鲜柠檬的清香。当地人在喝咖啡之时,总喜欢配一个叫光饼(Kompyang)的原味面包,有时被称为“福州百吉饼”,最早起源于中国福建的福州和福清一带,后来传到东南亚,尤其在印尼东努省的Manggara、Ruteng、弗洛雷斯等城市特别盛行。

如果有机会去拜访当地的农贸市场,你会发现Rp.10,000(约5元)就可以买一大串香蕉。据当地农民说到,东努省香蕉产量得以至于都直接运输到巴厘岛作为日常油炸零食一炸香蕉的原料;牛油果也是廉价至极,Rp.10,000(约5元)可买到三三个大

大的牛油果。因此在酒店享用早餐点果汁,服务员总是建议性地询问是否要一杯香蕉或牛油果汁。

由于东努省的东部岛屿地带温度高但空气干燥,因此除了大米,玉米也是主要的日常碳水化合物。随处可加当地人吃着配有花生、青豆和南瓜的咸味玉米粥(Jagung Catemak)或用椰奶喝各豆类共同熬成的甜玉米粥(Jagung Bose)。

弗洛雷斯咖啡配块极有饱腹感的光饼,再加碗粥,喝着牛油香蕉果汁,绝对给您带来充足能量的一天来探访东努省。

午餐篇

健康十足的早餐后,午餐来个轻便素食的。目前医学研究发现“超级食物”一辣木叶在世界种植最佳的地区就位于东努省。此健康的食物早已多年融入百姓日常的食物



Sesto Senso 老板娘 Jessica Lapolla (右一) 烹制的酸辣鱼

中。辣木叶汤加点鸡蛋丝和玉米粒就是一碗营养俱全的素食美味。东努省也是出产大量健康的红米,一般在农市场上是按1公斤售卖仅Rp.13,000(约6元)或来一份香脆努博斯红薯(Ubi Nuabosi)。

努博斯红薯比普通红薯含纤维更高,口感也更柔软。当地人经常将此举作想像当作麦片一样撒点水,然后烤一下,配盐或番茄辣酱(Sambal Teri)来代替米饭。

下午茶篇

香蕉花生糕(Manggulu)源自东努省的东松巴岛,成分仅为干香蕉和花生。此不含糖和防腐剂的的健康甜点,绝对是一种适合延缓饥饿的零食。香蕉花生糕都用于香蕉叶包裹,因为当地人认为香蕉叶具有防腐功能。据历史记载,当时荷兰士兵对此

零食也是喜爱无比,因个小携带方便,在战场上军装中也不忘塞几个作为饥饿的保障。当然提到茶,又不得不提辣木。用热水冲泡辣木叶,口感带有一丝草药的苦味,但能在短时间内提高身体机能来增强活力和提高注意力,绝对是驱走倦意和困意的下午茶首选。

晚餐篇

东努省与素有“千岛之国”美称的印尼其它岛屿一样有着大量各类的海鲜,尤其是大量的石斑鱼和鲷鱼,主要出口到日本和中国。目前由于疫情原因及全球物流影响导致海鲜出口量急剧下降。因此为了保持更久的食用性,鱼市场的业主们几乎将大部分活鱼晒干,但同时也降低鱼本身的价值。

当地人喜爱酸辣鱼汤(Sup Ikan Asam Pedas),与中

式味道有些接近但添加如香茅、红辣酱等更多热带的风情。特别值得推荐一家名为Sesto Senso的餐厅酒廊,不仅可容纳几百人的空间包揽惊赞的海湾全景,老板娘Jessica Lapolla更是做得一手中式融合东努风味海鲜美食。同时,喜爱肉类的朋友不妨尝试一下烟熏肉片(Sei Daging Sapi Se'i)。传统上一般采用野猪肉烧制,但现在大部分餐厅用肥牛肉或鸡肉制代替。当然,还要配上一盘当地传统蔬菜香炒红薯叶(Rumpu Rampe)来满足一日的维生素和纤维。最后,配着一份竹筒米饭(Kolo),伴着米饭中飘出淡淡的竹子清香,绝对让您胃口大开。

夜场篇

当夜幕降临,您会发现当地小摊头总围着三三两两的人群喝着当地一种叫Sopi的传统酒精饮料。Sopi来自荷兰语zoopje,意为液体酒精。此饮料通过棕榈汁经过蒸馏发酵制成,酿造过程和口感接近巴厘岛的阿拉克(Arak)。

在享受机会传统的美食也不妨先去Kencana Makmur传统服饰老店选件当地的服饰穿戴起来,当一日十足的东努人来彻底感受与众不同的美食文化。

本报记者 叶露



Kencana Makmur,传统服饰老店



传统市场弗洛雷斯咖啡售卖



鱼市场上晒干的各类鱼



Sopi的传统酒精饮料



香蕉花生糕



光饼



咸玉米粥

两会观察

中国稳健的货币政策如何“加大实施力度”?

中新社北京3月10日电(记者 夏宾)在今年政府工作报告中,稳增长是最大关键词。从货币政策角度,也特别提出要“加大稳健的货币政策实施力度”。

如何加大实施力度,成为各方探讨的热点问题。分析指,中国货币政策还有充足空间,至少可从四方面发力。

其一,总量保持稳定增长,为支撑经济发展的增量资金贡献“弹药”。

植信投资首席经济学家兼研究院院长连平指出,稳增长会产生较大规模的增量资金需求。2022年货币

政策将可能继续加大跨周期和逆周期调节力度,灵活运用公开市场操作、MLF(中期借贷便利)等政策工具,从而保持市场流动性合理充裕,这些都更好满足实体经济多方面的融资需求。

在汇丰银行大中华区首席经济学家屈宏斌看来,当前,由于需求端恢复偏弱,产出缺口仍为负,CPI(居民消费价格指数)通胀将继续维持较低水平,这为货币政策预留了充足空间。预计今年社会融资规模增速将温和回升。更重要的是,信贷资源有望流向生产率更高的领域,实现更高效的分配。

其二,结构上进一步优化,让释放出的资金高效精准地发挥出其最大价值。“结构上要求引导资金更多流向重点领域和薄弱环节,扩大普惠金融覆盖面。”中信证券首席经济学家明明说。

连平称,预计货币政策将会利用支农、支小再贷款再贴现、普惠小微贷款支持工具、碳减排支持工具等结构性工具,发挥好货币政策总量与结构的双重功能,精准发力加大对中小微企业、科技创新、绿色发展的支持力度,同时引导金融机构加大对信贷增长缓慢地区的

信贷投放,增强欠发达区域的发展能力。

其三,继续加大流动性投放,给金融机构增强信贷创造有利条件。

2021年,中国央行两次全面降准各0.5个百分点,共释放长期资金2.2万亿元(人民币,下同)。稳健的货币政策要加大实施力度,年内继续降准是否可期?

民生银行首席研究员温彬认为,目前金融机构平均存款准备金率是8.4%,仍有降准的空间和必要,通过降准释放长期流动性,有利于鼓励金融机构加大信贷投放,并引导

降低实体经济融资成本。

此外,适时下调政策利率,不仅可以直接降低贷款市场报价利率(LPR),且有助于引导货币和债券市场利率下降,推动市场主体综合融资成本下降。

在明明看来,无论是从宽信用、降成本、疏通货币政策传导机制出发,还是从补充资金缺口、提供中长期增量资金的角度,降准都是“可选项”。

其四,研究创新政策工具,让市场主体切身感受融资便利度提升。

就政策工具而言,近年来中国央行的工具箱不断

“扩容”,其中就包括两项新的结构性货币政策工具,一个是碳减排支持工具,另一个是支持煤炭清洁高效利用专项再贷款。

截至目前,央行通过上述两个工具分别支持金融机构发放贷款2308亿元、134亿元,其中碳减排贷款带动年度碳减排4786万吨二氧化碳当量。

由此,市场也对今年的货币政策“上新”抱有期待。温彬认为,在目前的基础上,今后在经济下行压力较大、市场主体迫切需求等情况下,更多形式的货币政策工具创新有望出台实施。

【本报讯】金光置地娱乐设施,游客与家人聚会的同时,可看到、学习和与各类动物互动。”

金光置地经理赫里(HerryHendarta)于周三(2022年3月9日)说:“预计在2024年初开始运营,估计每年将吸引超过100万来访者。”

他介绍说,BSD城市动物园的呈现,是金光置地为家庭提供多个替代休闲区所做的努力之一。

他继续说:“BSD城市动物园有望能提供优质的娱乐设施,游客与家人聚会的同时,可看到、学习和与各类动物互动。”

金光置地经理赫里(HerryHendarta)于周三(2022年3月9日)说:“预计在2024年初开始运营,估计每年将吸引超过100万来访者。”

他介绍说,BSD城市动物园的呈现,是金光置地为家庭提供多个替代休闲区所做的努力之一。

他继续说:“BSD城市动物园有望能提供优质的娱乐设施,游客与家人聚会的同时,可看到、学习和与各类动物互动。”

金光置地经理赫里(HerryHendarta)于周三(2022年3月9日)说:“预计在2024年初开始运营,估计每年将吸引超过100万来访者。”

金光置地经理赫里(HerryHendarta)于周三(2022年3月9日)说:“预计在2024年初开始运营,估计每年将吸引超过100万来访者。”

金光置地与东爪哇公园合作 将建造BSD城市动物园

【本报讯】金光置地娱乐设施,游客与家人聚会的同时,可看到、学习和与各类动物互动。”

金光置地经理赫里(HerryHendarta)于周三(2022年3月9日)说:“预计在2024年初开始运营,估计每年将吸引超过100万来访者。”

金光置地经理赫里(HerryHendarta)于周三(2022年3月9日)说:“预计在2024年初开始运营,估计每年将吸引超过100万来访者。”

到2022年完成

《工作场所性骚扰防范指南》

【本报讯】劳工部长伊达(Ida Fauziyah)于周三(2022年3月9日)国际妇女节披露,预计于2022年,《工作场所性骚扰防范指南》已经完成,而且成为劳工部长的决定书。

劳工部长说:“我们正在等待《03/MEN/IV/2011移民和劳工部长通函》的程序,同时等待在国会讨论《性暴力犯罪法案》的程序。”

她接著说:“因为法律保护伞除了《刑事法典》,还有《性暴力犯罪法案》,在不久的将来,《性暴力犯罪法案》将被批准,更好通过基于《性暴力犯罪法案》的部长

决定书或部长条例。”

她介绍说,防范工作场所性暴力的另一件事,就是将其纳入《公司条例》《共同工作协议》。

伊达表示,性骚扰是不容原谅的,在公司内部不能以零容忍的形式进行辩解。

根据《2003年第13号法令》关于劳工的规定,政府或国家对女工的保护措施有三种,即保护性、纠正性和非歧视性的保护措施。

北塔米纳大规模保养巴隆安炼油厂 吸收15,000名工人

【本报讯】北塔米纳PertaminaInternasional(KPI)有限公司巴隆安炼油厂,于本月初进行最大规模劳动力的保养活动。

这项活动吸纳了将近15,000名工人。KPI有限公司总经理佐科(DjokoPriyono)表示,炼油厂的保养与巴隆安炼油厂的战略价值,密不可分,预计在开发之后,该炼油厂将生产15万桶燃料和非燃料产品。

佐科于周四(3月10日)说:“作为印尼最大炼油厂的保养活动,公司始终以安全为导向。在保养过程中的所有活动,都必须以实

现零事故,按正确质量、按时和按预算行事。”

根据佐科的说法,该项目不仅以利润为导向,而且还确保印尼能源的安全,并通过吸收当地工人产生重大的社会经济影响。

巴隆安炼油厂总经理迪安多罗(DiandoroArifian)解释说,炼油厂进行保养活动,旨在保持卓越的运营、确保设备的正常运行、提高产能等等,以实现公司的愿景、使命和绩效目标。

为支持巴隆安炼油厂的保养活动,巴隆安炼油厂涉及了90多家承包商,其中包括当地公司和南安由国企。(松鹤)