

# 冬令进补 牛羊肉 成“宠儿”

最近，“冬令进补”话题引发关注，热气腾腾的牛腩萝卜汤、羊肉煲驱除寒意、慰藉身体，成为市民餐桌主角之一。

随着气温显著下降，宁波牛羊肉消费市场迎来销售旺季，无论是批发市场、菜市场、生鲜超市，还是各类牛羊肉火锅店、烤肉市集，牛羊肉产品备受市民青睐，交易活跃度大幅提升。



市民在菜市场里买牛羊肉。

## 1 牛羊肉批发零售红火

在宁波农副产品物流中心的肉禽蛋批发市场，记者看到，许多肉类摊位前摆满了新鲜的牛羊肉。据市场管理人员介绍，入秋以来，牛羊肉的进货量和销量持续攀升。特别12月以来，随着气温明显降低，市场日交易量比上月同期明显增长。

“现在吃羊肉的人越来越多，大多数顾客喜欢买羊排、羊腿回家炖汤，或者买羊里脊涮火锅吃。”羊肉经营户王先生表示，目前，绵羊肉批发价54元/公斤，山羊肉批发价60元/公斤。

“最近牛肉卖得挺好，特别是牛里脊、牛腱子、吊龙，很多顾客买过去涮火锅，还有做炖牛肉吃。目前，普通牛肉批发价56元/公斤，黄牛肉批发价65元/公斤。”牛肉经营户朱女士说。

大型生鲜超市也抓住这一商机，加大牛羊肉的促销力度。在多家超市的生鲜区，各种品牌的牛羊肉产品琳琅满目，不仅有国产的优质牛羊肉，还有进口的高端品种。

宁波盒马生鲜超市工作人员表示：“天冷了，火锅品卖得比较好，尤其是吊龙、嫩肉片、澳洲谷饲肥牛等。羊肉方面，澳洲草地羊肋排卖得比较好。”

为了吸引顾客，宁波一些超市除了推出特价商品外，还增加了现场烹饪示范和试吃活动，让顾客更好地了解牛羊肉的烹饪方法和口感。

在促销活动现场，不少市民驻足观看烹饪示范，品尝着刚出锅的美味牛羊肉，随后便纷纷将心仪的产品放入购物车。“这牛排煎得火候正好，给

我来两份。”一位现场试吃的市民陈女士忍不住买了两份牛排。

在华严、东柳、张斌桥等菜市场，牛羊肉摊位前人来人往，摊主们忙碌地切割、称重、打包。

市民李女士站在摊位前仔细挑选着一块鲜嫩的羊肉，她告诉记者：“冬天就适合吃点牛羊肉暖身滋补，家里每周都会买几次，做炖菜或涮火锅都很不错。”

说话间，摊主熟练地将李女士选中的羊肉切割好，称重后递到她手中。旁边另一位市民张先生则是冲着牛肉而来，他一边看着摊主处理牛肉，一边和周围的人交流着烹饪心得：“今天打算给孩子做个番茄牛肉，这牛肉得挑纹理清晰、色泽红润的，吃起来才香。”

## 2 烤肉市集、鲜肉火锅吸引青年群体

近年来兴起的生鲜牛羊肉火锅、烤肉市集在这个冬天也格外火爆。这些肉类集合店以其丰富的品种、新鲜的食材和便捷的服务吸引众多年轻消费者。

在海曙恒一广场的“万牛洋街”，面积约4000平方米的大卖场覆盖自选超市、批发、烤肉市集、团建聚餐等多业态，市民在店内可一站式购齐各类牛羊肉制品，包括切配好的肉类、蔬菜、海鲜、调料等，5楼室外还配置了宁波难得一见的火车头式大型熏烤炉。

到了双休日，时常有三五成群的

年轻人在大卖场里挑选着食材，现场烹制，氛围红火。

“这种烤肉市集很方便，食材新鲜，性价比高，冬天和朋友在一起吃火锅、烤肉，特别应景。”作为一名肉食爱好者，95后小伙子小张兴奋地说，这种大卖场很有特色，下次他们还会约朋友再来。

天气寒冷是推动牛羊肉消费市场升温的主要因素之一。牛羊肉富含蛋白质、维生素和矿物质，具有暖身驱寒、滋补养生的功效，是冬季餐桌上的理想食材。

此外，随着宁波市民生活水平的提高和消费观念的转变，对高品质牛羊肉的需求也不断增加。

据宁波农副产品批发市场人员介绍，今年以来，牛羊肉整体批发价格较往年便宜不少，已是近5年同期最低。目前，市场日均销售量牛肉100多头、羊肉约300头。据预测，随着气温持续走低和元旦、春节临近，年关聚餐的氛围已经起来了，牛羊肉消费市场将继续保持火热态势。

记者 周晖  
通讯员 王艺萱 杨浩 文/摄

# 2025 订报季全面开启 您需要这两份报纸!

《宁波晚报》全年定价:360元 《现代金报》全年定价:290元

这不只是一张报纸，这是陪伴你成长的珍贵记忆。

现代金报

你们为什么还在看报纸啊?

宁波晚报

这不只是一张报纸，这是凝固我们城市岁月的每日史书。

教育信息  
权威发布

宁波市教育局联合主办

字少事大  
深度报道

更严谨 更严肃 更严实



扫码订《宁波晚报》

扫码订《现代金报》

宁波日报报业集团 宁东路901号一楼 发行热线:87685678 87685669 客服微信号:15057446275