

酸枣核桃糕 冬令食补好

文 / 吕青

眼下正是冬令进补的好时候,许多讲究的人不是上医院专家处开膏方、吃补药,就是称上一斤半两核桃大枣之类的回家自煮自熬。俗话说,药补不如食补。能否在吃零食的同时进行营养滋补呢?食补不能靠临时抱佛脚,要靠水长流才行。

核桃糕是深受市民喜爱的冬令传统食品,早在上世纪80年代,上海喜临门食品有限公司推出该产品后,曾一度风靡上海滩,成为老少咸宜的冬令食补佳品。该产品曾荣获2003年、2006年上海糖制食品名特优产品称号。是呀,不用回家点火煮熬,随手一剥入口,赛过吃上一小碗香浓核桃桂圆枣子汤,何乐而不为。近年来,喜临门食品有限公司不断进行市场调研,对深受顾客喜爱的传统核桃糕进行更新配方,调整生产工艺,将传统工艺和现代生产手段相结合,严格新的工艺流程要求,高成本投入并精选原料和产地。为此,喜临门食品特从山西选购特选野酸枣,并精选上等核桃仁和莆田顶级桂圆,重拳推出新一代的核桃糕——“酸枣核桃糕”。

唐代大医学家孙思邈认为,安身之本必之于食,不知食者不足以存生,不明药忌者不能以除病也。酸枣核桃糕的点金之料在于它的酸枣,该产品是全部采用纯酸枣酱熬制而成。按中医学说法:野酸枣含有较多的脂肪、蛋白质、植物甾醇和三萜烯类化合物,具有镇静安神,强筋骨,益肝气,补阴液之功能,具有宁心安神,养肝敛汗的功能,对于头晕目眩,心悸失眠,神经衰弱等病症有明显疗效。冬天闲来食之,细水长流,可大补元气。而核桃仁具有补肾益精,温肺定喘,润肠通便之效。桂圆富含蛋白质、维生素,具有抗癌防衰之功效。不仅如此,为确保口味



纯正,还特地配以低热量的异麦芽低聚糖等辅料精制而成,不加任何添加剂,料精味纯,其口味独特,的确与众不同。咬上一口酸枣核桃糕,满嘴淡雅清香。低热量,口感软糯,不粘牙是老吃客的最爱。难怪北江一吹,许多人就前往联华各大超市订购,并以散装、袋装和礼盒装不同的包装来馈赠父母或亲友,至于熟知的老吃

客们,每年都会自己订购。闻香识得佳糕来。作为传统食品的酸枣核桃糕在市场上有着广泛的人缘,高成本的投入就是为了保证对喜爱该产品的顾客的诚信诺言。现在喜临门生产的“酸枣核桃糕”不仅热销上海市场,其产品同时远销东南亚,深受海外市场追捧。好营养、好口味,还有吃起来好方便噢。

“圣乐” 墙内美肴墙外香

文\丁汀

坐落在昔日“圣约翰”原上海“二医大”校园内的圣乐大酒店是一家以主营精致本帮菜,兼营特色川菜、粤菜等菜系的实惠酒家,其拥有包房20间及可放30桌的大堂,同时可容纳500位。7年来,一直坚持“精美菜肴、平心价格和待客如亲人般的服务”,不仅赢得了校园内师生的一致好评,久而久之,“圣乐”的好名声早已在周边地区的学校、社区及居民中口碑相传。不少食客用餐后情不自禁地称赞:“圣乐的美肴,真是墙内开花墙外香啊!”

白天,“圣乐”似乎掩藏在学院的静谧书香之中。入夜,“圣乐”更是喧嚣夺主般地闹猛,灯火璀璨,座无虚席。一方新设的舞台亮丽夺目,背景及圆柱上均以唐诗宋词点缀,突出浓浓的书卷气。这不仅为原“二医大”提供了大型团聚聚餐的便利,更吸引了周边学校、企业及居民的各类宴聚:敬老、退休教师聚会、婚宴、企业商务、年夜饭等接踵而来。

据了解,“圣乐”之所以连续7年兴旺,一是坚持人均消费50元的平价策略;二是坚持菜肴质量;三是多年来八折优惠(海鲜、特价菜、酒水、香烟除外)。这原先是作为对原“二医大”的专项让利,时间长了,来客便都有了这份优惠待遇。于是,生意就更火爆了。

一贯踏实为人的店老板,是位待客谦和的实在人,开饭店25年来,他始终一句口头禅:“做生意要心平,做人要和气,这样才能赢得越来越多的客人。”

日前,“圣乐”整修一新,特聘沪上知名高厨,全新推出了经典上海菜、正宗川湘菜和粤菜系列,其中,怀旧、海派、御膳等系列已给新老食客留下了物有所值的深刻印象。

据了解,“圣乐”此次推出的新菜约200多种,洋洋大观,难免挂一漏万,故择要荐之:

【秋油汁野生鲟鱼】择3斤半左右的细鳞鲟鱼,用鸡汤等秘制调料腌制渍12小时后,与浸汤同蒸。上桌后,酒香扑鼻,鱼肉咸鲜滑嫩,趁热先吃鱼鳞,回味无穷。最后别忘了那无与伦比的鲜汤汁啊,真正

的食客是不会放过的!

【蟹粉狮子头】一道颇吃真功夫的荤菜,这五花肉必须用手工刀一粒一粒切开,绝非想象中的乱刀斩,更不是以肉糜作原料。其特色是不加任何粉质料,掺入现拆蟹粉后,捧入锅内再入小砂锅。吃口清鲜肥嫩,肥而不腻,绝对是一款广受受欢迎的招牌菜。

【干锅手撕卷心菜】绝对平常的家常菜,口味却不平常,脆嫩的菜叶和五花肉片、姜丝、黑木耳、满口酱香咸鲜,令人胃口大开。

【白灵菇吊炒牛仔骨】上乘的新西兰牛仔骨加上四大名菇之一的白灵菇,经高厨烹炒,色香味全体到位,烤热的铁盘持续着久久不散的香气。

【日式烤鳗】拆骨鲜河鳗用秘制浆料渍渍24小时后烤制而成,口味酱香浓郁,皮脆肉嫩,是一款颇能与日本料理媲美的烤鳗。当然,“圣乐”还有不少适合冬令的美肴,如干锅东山羊、成都剁碎老且砂锅、坛子肉夹窝窝头等,实在是一次尝不尽!相信你一定会成为“圣乐”的回头客。

(餐厅信息见 B14)



去风车豪亭酒店感受欧式浪漫

早在1993年老板杜君就在大柏树开了一家名为“风车屋”的餐厅,也就是风车豪亭的前身。前些日子,杜老板又带着那个美丽的“风车情怀”重回故地,将餐厅更名为“风车豪亭”坐落在原址附近。

风车豪亭的经营主要是以燕、鲍、翅、粤菜为主。目前为止,可能是大柏树最豪华的餐厅之一。聘请香港著名厨师亲自掌勺,坚持严格的原料选择和把关,保证原料的新鲜,正宗地道。菜色也是品种繁多,精工细作,尽显广东海鲜特色。

上上周末,我又和几个朋友来风车豪亭小聚一番。特地点了风车豪亭的招牌极品菜——红烧极品血燕。血燕具有很高的营养价值,滋补肺肾,健体养颜。上好的血燕经过精心烹制,吃起来口感细腻滑润,味道独特,回味无穷。而风车招牌翅则是风车豪亭的另一个骄傲。由香港名厨亲自选的上等鱼翅原料,经过秘制配方的烹制,端出这道美味时,可不要心急哦,要慢慢品尝才会有新发现。当然还有一道菜率极高的桂花炒金丝瑶一定要品尝一下。桂花的淡雅独特清香融于鲜鲍丝和干贝丝中,辅以精选粉条,顺滑爽口,软硬结合,恰到好处,嚼来很有韧性,颇有紧致的口感。

秋云

奥运会年,潮人加油装备

——麦当劳“为中国加油”腕带



奥运会年,你的手臂够IN吗?

什么是时尚潮人?就是能够犹如雷达般关注世界最热事件,并将其与流行结合起来。当全世界的目光聚集在北京2008年奥运会之际,勇于创立自我流行风向标的你,用什么来秀出对奥运会的支持及自我的流行STYLE?

五色腕带 助威中国

麦当劳身为奥运会的官方合作伙伴,更深谙世界流行之道。这次,麦当劳为热爱时尚的你特别设计出五款“为中国加油”腕带,共红、绿、蓝、黑、黄,五种色彩,每种颜色都和奥运环环相扣,相呼应,传达着全世界运动员公正、坦率地比赛的精神,更全面掀起一场五彩缤纷的助威中国风潮。你可以选择单色佩戴,搭配当天的酷炫服饰,也可以五个

一起连着戴,形成和奥运会五环相同的颜色。不管哪种戴法,都会令你成为当下流行的焦点,让你的手臂在奥运会年够炫,够IN。

体坛明星助力,代言时尚

时尚配时尚,麦当劳邀请到中国炙手可热的体育明星团来代言这五款时尚的加油腕带。球技出色,牛气冲天的中国男篮主力朱芳雨,沉静从容、风驰电掣的著名击剑选手李娜,动感活力的花样游泳选手蒋文文、蒋婷婷为这五款特别的加油腕带出席代言。就如朱芳雨所感言道:“我在平时训练时,都会佩戴一款红色的‘为中国加油’腕带,因为这背后凝聚着勇于进取的体育精神,更汇聚着无数人为自己的加油心声。让我感觉自己充满着力量。”

潮人们,还等什么!立刻来麦当劳店内报到,戴上加油腕带,高举手臂,在赛场上激昂喊出:我就喜欢中国赢!让全世界都听到你的声音,看到你够炫彩的加油!

丰收日 (集团)公司

豫园店 地址:复兴东路789号1-2楼
电话:63550777,63551777

浦东店 地址:商城路518号1-3楼
电话:68886877,68886888

静安店 地址:石门二路268号1-3楼
电话:62561188,62569988

丰收日 (集团)公司

光大店 地址:漕宝路91-93号;后花园VIP会所 地址:漕宝路103号46号楼
电话:54977770,54977771

卢湾店 地址:打浦路68号1-2楼
电话:53028777,53029777

丰收日 (集团)公司

虹桥店 地址:吴中路1389号2楼
电话:34318855,34318866

普陀店 地址:曹杨路450号1-2楼
电话:52355858,52360808

云悦酒店 地址:复兴东路789号神牛广场
电话:63356666

宝燕 海鲜餐饮

莲花店 地址:罗秀路1835号
电话:54398977

梅川店 地址:祁连山南路2025号
电话:59181177

好爱店 地址:都市路3825弄好爱广场
电话:54437779

宝燕 海鲜餐饮

8号餐厅 地址:都市路3825弄好爱广场
电话:54437661

海燕精菜馆 地址:都市路3825弄好爱广场
电话:64581771

彩粤轩 地址:中山二路218号平高大厦
电话:57811177

上海 黄山宾馆

上海黄山宾馆象山海鲜城 地址:居家桥路635号
电话:58501717,68501717

云南村大酒店 地址:张江紫薇路668号
电话:58555757,58555777

龙象海鲜大酒店 地址:北蔡莲溪路579号
电话:33781779,33787779