老刘家苏北农家菜

春到苏北老刘家 农家鲜蔬满桌香

文/悠然

好吃团

吃客就是冲着老刘家新鲜菜肴好口味而来的。老刘家灶头有讲究,做出来的饭菜就是香,火候和工夫是必不可少的。老刘家烧出了苏北家乡的淳朴味道,有一种使人回归大自然的轻松,真是家人朋友聚会的好地方。

密云路店家是老刘的创业店,这么多年来,靠着扎实的厨房功夫和苏北家乡菜,让人越看越想吃,越吃越馋嘴。蒲汇塘路店还要热闹,尤其是老刘家近日推出的几只新菜,点击火爆。坐落于虹口密云路上的"名人农家菜",是一家苏北味浓郁的饭店,浓郁的苏北味道扑面而来。门店两旁挂满了密密麻麻的各种风干发亮的肉质干货,厨间一排排正在熬制的沙锅,飘出了只有乡下散养的土鸡才有的清香味道,食欲吊足。先看看老刘家近日推出的新菜名,让你现场感受一下,然后再去尝尝,"豆腐饺子"、"白汤乌仔"、"萝卜大蛏"、"咸鱼烧肉"、"韭菜盒子"等。就说豆腐饺子吧,原汁原味苏北做法,鲜汁豆腐裹在劲道软皮子里,咬上一口,鲜汁味美,此菜先蒸后煎,里嫩外脆,口感特好。萝卜大蛏新鲜上口,很受欢迎。"咸鱼烧肉"是厨房将腌透了的咸肉与家乡猪肉按苏北菜烹饪,咸鱼口感鲜嫩,肉块汁浓味香,好多吃客品尝完后还打包回家,都说该菜有味道。"韭菜盒子"也是老刘家新推出的一道既当点心又当菜的菜肴,上桌的韭菜盒子表皮金黄酥脆。馅心韭香脆嫩,滋味优美,几乎桌桌都点,那个香呀,只有在你咬上一口才知有多美味。当然,还有其他的土鸡烧法和各种苏北菜,口味也相当好。

千岛湖鱼宴,老刘家功夫。此次老刘家推出的千岛湖鱼宴,就是全部选用来之千岛湖的有机鱼,鲜活美味,功夫烹饪。厨房对鱼头、鱼尾、鱼段和鱼泡的烧法就不下几十种。除了对一些家常口味的烧法外,老刘家还采用苏北菜传统口味制作,口碑不错。

提醒:扬州早茶仅蒲汇塘路98号二楼供应,周一至周五上午10点,周六、周日早八点供应,提供堂吃外卖。部分早点密云路店中午有售。

连锁地址:(各店家均停车方便)

老刘家苏北农家菜:密云路475号(近赤峰路)55887717

老刘家八头土灶:蒲汇塘路98号二楼 54257577 54259787

凭本图片消费"老鸡抱疙瘩"抵用十元

粥全潮汕沙锅粥

开春啦! 到粥全喝口鲜粥吧

文/悠然

"粥全"粥熬得地道好喝。店家生意一直很不错。有全家出动的,有好友聚会的,都来到了粥全尝粥,一吃都说味道好。坐落于蒲汇塘路日本村四楼和梅川路的两家"粥全"餐馆吸引众多粥男粥女。店家环境小巧精致,粥品菜水好口碑。引来排队等位喝粥,确实是一幅好吃景致。

粥全最大的亮点在于煲粥方法的特别,不用平常锅煲而用沙锅煲。粥是主料,配料品种选有鲍鱼、生鱼、牛蛙、乳鸽、田鸡、乌鸡和黄鳝等,煮粥的用料全部厨房独家秘制,高汤熬煮。既保证了粥的营养价值,又保留了粥的美味。"膏蟹虾干贝粥"和"花蟹鲍鱼虾粥"是该店的两款招牌粥。粥内货真价实的膏蟹煮得嫣红迷人,膏蟹的鲜味融进白米粥,红白相间,煮得绵香软滑、鲜甜甘美。最值得称道的是该店的所有粥品均不用味精,海鲜粥还不用盐,纯天然食物和口味。所有海鲜可依照个人喜好任意搭配定量。粥全老板粥的温、软、淡、香、黏和便于消化吸收的特点,深得沪上粥男粥女的喜爱。粥全潮汕沙锅粥讲究煮粥砂锅、独家配料、火候掌控、水量等每一个细节,使得煮出来的鲜粥就是见功夫。很多老吃客一吃就上瘾,称其口味地道有特色,口感香滑柔软有风味。该店煮粥是现煮现吃,是专用砂锅煮出来的,整个熬煮过程需要二十五分钟左右,在等待时刻,店家还会送上上等茶道,供您消遣品尝。

有时一桌饕餮大餐,真还敌不过一口袅袅的粥香。开春了,去粥全尝尝鲜粥,换换口味,是不错的选择。该店还供应特色港式小吃和潮粤精美小炒。

特别提醒:粥全潮汕沙锅粥全市仅两家

地址:梅川路1275号A116座 电话:51621515

蒲汇塘路98号四楼 电话:64878517

营业时间:上午11:00–凌晨4:00

好吃团

九香牛蛙馆

政旦东路开新馆 鲜辣牛蛙好滋味

文/悠然

这川菜的三香三椒三料七滋八味九杂,在"九香牛蛙馆"这几道招牌菜里是体现得淋漓尽致。政旦东路40号九香牛蛙馆为庆贺又一家新馆开张,特别实行午、晚餐85折优惠,对喜欢品尝鲜辣的食客来说,的确是个好机会。

"九香牛蛙"、"冷锅鱼"和"干锅爆爆虾"是九香牛蛙馆的三道招牌佳肴。说"九香牛蛙"这道菜是"九香牛蛙店"的镇店之宝,一点不为过,许多吃客为了品尝这道特色招牌菜,为解馋宁愿在店堂等上一个多小时。九香菌菇蛙的好口味主要来之于选用上等好原料,不含任何化学成分,同时配料全部采用菌菇和野山真菌。干锅牛蛙选用海南散养的生态牛蛙,配料全部采用天然食材,并配野松仁、丁香、桂皮、干贝金沙仁、腰果粉、山药、百合香菇等几十种天然中药材烘培食料熬煮而成,不放鸡精、味精和任何添加剂。爆爆虾用特制酱料烹饪,鲜活基围虾饱满有质感。就是平时不大吃辣的上海人也可以享受其美味。店家吃准吃客口味,除了推出第二代新牛蛙菜肴"九香菌菇蛙",同时还推出了极具鲜辣口味的旋风牛肉、龙厨御排、麻辣鸭头等新菜肴。围坐红盆大锅狂嚼鲜辣九香牛蛙,那才叫爽。

该店的招牌菜肴,做得稳扎稳打。牛蛙分量足,价格实惠。该店的菜肴分微辣、轻辣和重辣的三种口味选择,特别适合上海人口味,就是平时不大吃辣的上海人也可以享受其美味。

连锁地址:(免费停车)

东诸安浜路127号 订座:62128936

政旦东路40号(近国济路) 订座:65644521

吴门人家: 苏帮家宴名菜美名扬(一)

文/丁汀 方荻

本刊上期《吴门人家:寻找散落在世界各地的苏州菜》一经刊发,吸引了本市喜爱苏帮菜的食客纷至沓来,他们像发现新大陆似的:"价有味道的苏帮菜,早点晓得就好了!"

据了解,苏州"吴门人家"旗舰店坐落在两个著名景点之间,北邻拙政园、南面狮子林,同时作为苏州民俗博物馆的食文化展示厅。进得店内,如入人间仙境,满目亭台楼阁,碧水绿树,古雅老宅,回廊曲径,好一片别有洞天!其百余款正宗苏帮菜不仅口味出众,还颇有历史文化故事,难怪名扬世界,是去苏州游玩的侨胞、老外必到之处。当然,也有不少上海食客趁去苏州踏青、扫墓之际,合家团聚在"吴门人家",在享受美味佳肴的同时闻听吴侬软语的亲切温馨。

目前,"吴门人家"已有40多款复原的苏州"织造官府菜"入选省级非遗名录,这是业主长期专研史籍,并多次去北京故宫寻找康、乾两帝下江南驻跸苏州织造府的苏帮菜谱之硕果,并力争将这些濒临失传的"清宫御膳"逐一端上餐桌,以飨天下。

"吴门人家"上海店全套传承苏州旗舰店菜系,人均消费60元。700平方米的店堂分为上下两层,环境颇具姑苏风韵,包房6间,多位名人书法作品顿添华彩。店经理是位苏州籍退休教师,谙熟姑苏餐饮文化、风土人情,食客都喜欢他的热情介绍:"上海店有100多道苏帮菜,近30种苏式点心,价格亲民,不设包厢最低消费,自带酒水也未尝不可。"从店经理看"吴门人家"的温情内涵,倒是可以"管窥一斑"的。

笔者今特荐5款招牌菜,更多美肴待慢慢道来。

【樱桃肉】清乾隆年间传入宫中,烧成红色是为讨皇帝欢喜。德琳公主《御香飘渺录》中也记载慈禧当年喜爱吃樱桃肉。此菜由苏州总店配送,确保原味!选太湖农家猪,用红曲和鲜樱桃或樱桃汁浸泡烹饪,色泽樱红,肉酥味美,端上台面往往还没兜过一圈,1.3斤的樱桃肉已被一抢而空。点2份、带一份回家的吃客也不少。

【松鼠鳜鱼】姑苏菜肴中的代表作,采用太湖鳜鱼精烹。因形似松鼠,由道光帝御笔赐名而得,是江南最为著名的上品佳肴。

【响油鳝丝】那一声"响油"才是此菜之魂,鳝丝上桌,服务生将滚烫的热油现浇,哧啦声响,热香四溢,妙不可言!

【白汁盘】姑苏上品传统菜。由上品的八荤三素随季搭配而成,百客百欢喜。鸡、鱼、肉、鱼肚、猪肚、虾仁、小海参、蹄筋、香菇、茭白、青豆,色清滑爽,实在撩人胃口!

【八宝鸭】鸭肚内有干贝、火腿、鸡丁、冬菇、冬笋、栗子、糯米、虾仁等货真价实的"八宝"蒸制而成,从当年乾隆皇帝用膳底档中可以看出,乾隆也十分喜欢吃这道菜。申城不乏"八宝鸭",然,此处乃独具名菜风范。

"吴门人家"好菜多,故事多,其严守商道,菜肴不用味精、添加剂,确有"天珍海味"之美誉。无论是去苏州,还是在上海,"吴门人家"总有您一次尝不够的苏帮菜。

敬请关注下期"苏式点心篇"。

【店家惠客】即日起,来上海徐汇店消费满百元,凭本文享受8折优惠;消费满200元以上还可报销交通费(出租车起步费)一张。

"吴门人家"一览

苏州狮子林店:潘儒巷31号

电话:0512–67288041(泊车无忧)

苏州阊门店:西中市127号

电话:0512–88205777

上海徐汇店:浦北路1081号(近桂平路,免费泊车)地铁1号线锦江乐园站下。

电话:021–54186810

借你慧眼 辨别有机食品真假

湖西岛

有机湖西岛 传统老味道

一斤有机大米15元,一瓶手工酿造有机酱油60多元……有机食品"贵什么"这点事?随着人们对健康生活的追求,有机食品受到越来越多的关注,身价不菲的有机食品是怎么生产出来的?购买时如何能免买到假货?今天给大家介绍如何辨别有机食品。

有机食品是如何生产出来的

有机农业的标准生产:一粒有机大米的种植全过程,在每个环节都是人为严密控制。首先要为有机大米找一张符合国家规定健康的"床"(土壤),不能有污染源,还要有洁净的水源。国内最大的有机农场之一,位于江苏扬州宝应湖国家湿地生态保护区内的湖西岛有机农场的空气质量达到国家一级标准,灌溉用水达到饮用水标准。为了达到有机种植的生产标准,有机农场的土壤必须经过一个三年的"转换期",在此期间严格不用化肥农药除草剂,不使用转基因种子了,只有土地符合要求了,才有种植有机食品的基础条件。在耕作过程中,如果遇到虫害或者营养不良,不能擅自使用农药和化肥,而是用生态的、传统的方法应对。据介绍,湖西岛有机农场采用稻鸭共生的中国传统种植模式结合生物治虫等综合手段防虫,并有专人定期人工除草。

全产业链的保障:从播种、施肥、除草到收割、加工、运输,都有严格的程序,都要符合相关有机食品认证的要求。湖西岛有机农场三重合作,实施二段制,杂交基础良种;实现有机食品从种植养殖到包装上市的一条龙服务,避免生产运输过程中的污染,保证有机食品的高质安全。

有机食品是如何认证的

千辛万苦种出来的"有机大米",手工酿造的有机酱油、有机醋最终能否进入市场,还得经过合法的认证机构"验明正身"。

环境检测:认证机构要对有机生产农场的环境进行检测:看开上报的重金属含量和农残情况是否符合要求;水质是不是达到国家的灌溉水标准;空气质量是否达到大气质量二级以上标准等。

生产检测:之后还要对有机食品的生产加工过程进行认证,包括加工环境、添加剂等,有无使用农药化肥、化学添加剂等。湖西岛品牌重下所有有机食品,生产全过程无任何化学添加,保持和充满着的自然味道,点亮健康安全品质。

原料检测:湖西岛品牌手工酿造有机酱醋,使用的是湖西岛有机农场自产的有机大米,湖西岛牌手工酿造有机纯酿酱油选用的黄豆也是经过或有机认证的,都是通过了中、美、日、欧四方严格权威有机认证的原料。

如何购买有机食品?

有机食品种类繁多,如何选择,我们有三点建议:

一、到有机食品店或者正规超市购买,选购正规品牌;

二、注意包装上的有机认证标志,按照我国现相关规定,有机食品的包装上必须同时具备两个标识,一是有机食品标识,另一个则是有机认证标识。据了解,自2012年3月1日起,国家认监委将实施有机产品认证新规则。在7月1日前完成旧认证标志的过渡。消费者可到相关上网查一查号,可在国家认监委网站查询其身份信息。另外,欧洲、美国、日本等国家和地区的有机认证标准在安全性和农残上更为消费者认可。

三、注意包装上是否标明生产者相关信息:正规的有机食品生产厂家会在每一份产品上特别产品溯源码及产品相关信息(生产者单位名称、地址、电话)等,可以依据这些资料到相关网站或者相关部门查询。

湖西岛牌手工酿造有机香醋、手工酿造有机糖醋蒜油已在全国便利等商超发售。详情请登录www.cbd5organic.com

热线电话:400–686–5655 86–10–65625999

http://www.cbd5organic.com

无任何化学添加