

四海珍鲜坊 尝特色五色面鱼 品南乳黑毛猪

文/悠然

“四海珍鲜坊”坐落于龙茗路美食街上,该餐馆在保留上海菜肴特色的基础上,更以土锅农家菜吸引食客,清新宜人,爽口美味。许多吃客都是慕名从市区其他角落特地驱车赶来品尝。餐馆特聘上海老字号厨师掌勺,保证其菜肴口味正宗。

特色佳肴口味好

四海珍鲜坊使你在享受美食的同时体验土菜情结。餐馆的“海鲜五色面鱼”采用多种天然蔬菜汁与面粉融合,经过主厨精心调制,搭配鲜美的小海鲜,显现五彩斑斓,口感特别好,嫩嫩滑滑新鲜可口。还有一道极具地方土菜口味的“南乳黑毛猪肉”,选用大别山的黑毛猪肉,味鲜,肉嫩。厨师采用土家的制作方式,搭配原酿的腐乳,经过长达6小时的焖制,达到入口即化酥而不烂、肥而不腻的境界。“四海鱼羊鲜”材料源于崇明岛的山羊肉,搭配千岛湖的有机鲫鱼,巧妙搭配,羊鲜鱼嫩融为一体,小火慢炖,使之汤汁浓厚,鲜味无比。除此之外,“腊味合蒸”烹饪也很合上海人的胃口,鸡、鸭、鱼、香肠和腊肉等以鲜素合蒸,很受欢迎。该餐馆原料均选自农家私养,用各种配方调料烹饪而制,从食材原料、烹饪辅料、调料等质量入手,保质保量。“崇明小羊肉”的烹饪以冬令药材相辅,美味又营养。口味好,价格实惠,很受欢迎。

保留特色菜肴

为满足不同口味的食客需求,餐馆还推出了一系列新鲜海鲜菜肴。酱香浓郁红烧肉、招牌油爆虾和锅烧河鳗是该店推荐的特色菜之一。红烧肉原料精选黑猪五花肉,在加入葱姜、五年陈花雕、生抽、鲜露等用小火煨制二小时以上,端上餐桌的菜色肉质金黄,色泽光亮,嚼上一口便感酥糯软滑。招牌油爆虾精选河虾,传统秘制,咸中带甜。锅烧河鳗在烹制过程中加入了料酒、老抽、冰糖等,需焖至1小时以上,使河鳗酥软,红润光亮。餐厅用餐环境舒适宜人,温馨安静。一楼为散座,二楼全部为包房,非常适合商务宴请、家庭聚会和朋友小酌。

特别提醒:优惠活动是凭本报半月内午市 6.8 折,晚市 7.8 折。

地址:龙茗路 955 号(近平阳路)订座:62890888

咕咕健康博士



夏天要避免生食水产品

咕咕博士,你好!

我们老家在宁波,虽然现在已经在上海工作、定居多年,但老家的亲戚朋友一旦来看我们,总会带来一些家乡的土特产,例如毛蚶、咸蟹等海鲜食品,我们也一直很好这口。可进入夏天我就开始担心,这些东西是不是最好不要再碰了呢?

刘佳

咕咕博士:水产品的营养丰富且味道好,夏天生食口感也是一流的。不过,像炆虾、毛蚶、泥蚶、魁蚶、醉虾、醉蟹、咸蟹等海鲜食品,安全风险较大。因为海鲜中含有很多寄生物,未经高温消毒,吃了容易传染疾病。很多人认为,没有经过加热或是高温烹饪的食物,含有的营养元素不会流失,生吃就是最好的。实际上,像蔬菜、水果这些食物生吃比较好,它们所含有的维生素、纤维等营养元素不会缺失。但是生吃蔬菜水果时一定要洗干净,因为现在蔬菜、水果多含有农药。

另外,夏天家庭用餐尤其要多注意,餐具和厨房用品要防止生熟食品交叉感染,所以切不可将煮熟的食物放在盛过生海鲜、生肉且尚未洗净的容器或者碗盘内。

夏季尤其要注意及时冷藏已经加工好的熟食,通常常温下熟食品的存放时间应该控制在两小时内。食物最好现做现吃,生吃瓜果要洗干净并且进行消毒。如果食物已经腐烂、变质、变味,则容易导致腹泻等症状,最好别吃。在做凉拌菜的时候,应该加入蒜泥和醋,既可以调味,也能起到杀菌的作用,而且还增进食欲。



天喔一品

天喔一品

辉映每一个佳节良辰

海上生明月,

天涯共此时。

中秋佳节对于中国人来说,

是一个仅次于春节的重要节日,

品月饼更是中国人在这一佳节必须有的千年传统。

深谙中秋佳节传统、传承广式美食精粹的天喔一品月饼世家,

今年如约推出中西合璧融合呈现的天喔一品月饼,

“金尊”、“花禄”、“赏悦”三款臻选礼盒将以非凡尊贵的

美满祝福奉献给四海国人。

“佳节一品,一品仲秋”。天喔一品月饼世家,

一直以来都以其优良品质和丰厚的文化底蕴

受到广大消费者的青睐,是人们过节送礼的首选佳品。

月满佳节之时,一份天喔一品月饼

将辉映我们每一份佳节浓情、美好祝愿。

“礼尚珍贵,一品心意”。天喔一品月饼作为

中秋馈赠首选,选料与制作均遵从古法,并融合

现代工艺,由此呈现的天喔一品广式月饼令人

吃后口齿留香,久久不能忘怀,让您尽享佳节

的情浓与美满!

天喔食品

调味品

厨房健康的隐形“杀手”

走进厨房,打开橱柜,酸甜苦辣咸各式调味品瓶瓶罐罐琳琅满目,是每个家庭主厨在厨房里妙手生香,为家人烹制色香味俱全的每餐饮食所必备的。五味调和带来了美味生活,在我们胃口大开大快朵颐的同时,一个严重的细节往往被我们所忽略,看似透明的调料瓶子里其实蕴含着许多不可知的隐秘。我们不妨看看酱油醋瓶子上的配料表,苯甲酸钠、安赛蜜、蔗糖素、食用冰醋酸等化学添加剂位列其上。这些名目繁多的化学添加物随口而入,为我们的饮食健康带来了新的思考。当人们把焦点聚集在食材对健康的利弊时,往往忽略了调味品的品质优劣,会让原本精挑细选的好食材在厨房里受到“污染”。作为一日三餐不可缺少的调和之物,调料不仅是菜肴成色口感的关键,更是一个不可忽视的健康问题,尤其是劣质调味品甚至于成为潜伏在厨房的健康隐形“杀手”。

一句话打翻一瓶子老陈醋

“市面上的陈醋基本为勾兑醋,且大多添加防腐剂。”



官方网店:

www.cbd5shop.com

此前某醋产业协会副会长的一句话,像是打翻了一坛子老陈醋,在社会上引起了轩然大波。一时间,关于“老百姓能买到的醋基本都是用醋精勾兑的”传闻迅速传播开来。“勾兑门”曝出后,让市民买醋多了先看配料表的习惯。按照国家标准,醋可分为酿造食醋和配制食醋两种。其中,酿造食醋是用谷物为原料,经微生物发酵酿制而成;配制食醋则是用占总酸来源 50%的酿造食醋,加冰醋酸和食品添加剂配制而成。冰醋酸分为食用冰醋酸和工业冰醋酸,前者可以被用于配制食醋,后者则只能用于化工生产,国家明令禁止用于食品行业。勾兑醋还分为冰醋酸勾兑和加苯甲酸钠防腐剂勾兑两种。有些不良商家由于利益驱动,明明采用的是配制,工艺却标上“酿造”欺骗消费者,更有甚者采用工业冰醋酸生产食醋,给人体健康带来严重危害。

港媒曝“化学酱油”有致癌物

曾有香港媒体报道,发现有用化学物配置的“化学酱油”出售,并指出这种“化学酱油”中含有的水解植物蛋白质若用盐酸分解,可能会释放致癌物质。和醋一样,国标规定酱油也是分成酿造酱油和配制酱油两种,配制酱油中酿造酱油的比例不得少于 50%,意即不含任何酿造酱油、只用化学物配制的“化学酱油”是违规的。该类酱油将砂糖、精盐、味精、酵母抽取物、水解植物蛋白质、肌苷酸及鸟苷酸这七种调味料及化合物混一起,制作“化学酱油”,不仅味道相似,更有真酱油的口感,只是凑近闻略有刺鼻气味。配方中的水解植物蛋白质有可能释放致癌物。尽管配制陈醋和配制酱油国家都有含量标准限定,但如何检测,本身却没有规范,因此致使不法商贩浑水摸鱼,出售不合格产品,不管酱油是配制还是酿造,全都标称是“酿造酱油”,蒙蔽消费者,置人们的健康于不顾,获取不义之财。

有机调味品 千呼万唤始出来

调味品工业化大生产一方面满足了人们日益增长的生活量

化需求,却也极大程度上降低了传统手工调味品的纯正口感,导致了看似“不起眼”的调味品正悄然发生着各种化学“变异”。添加剂在我国的使用也是近 30 年的事,它一方面改善了食品的外观和口感,但同样也增添了许多争议。国内外众多知名企业,也因屡屡爆出食品添加剂安全问题而元气大伤,甚至折戟沉沙从此消失。然而,化学添加成分的安全性问题,普通消费者的是难以区分辨明。但我们可以肯定的是,真正源于自然、无污染、零添加的有机调味品和食品,不但对人体健康无任何危害还会多有助益。因此众多消费者千呼万唤,希望能够买到值得信赖的油盐酱醋,开始纷纷在市面上寻找真正品质可靠值得信赖的有机调味品。作为国内有机产品领导品牌,湖西岛因势利导,顺势而为,推出的湖西岛牌手工酿造有机香醋、手工酿造晾晒有机酱油,以从原料到成品的更健康、更安全、更营养的味觉享受,拒绝“舌尖上的化学元素周期表”,为大家的健康负起坚实的责任。

有机湖西岛 调出健康生活美味

目前市场上也陆续出现了一些有机调味品品牌,却鲜有真正具备鼎级品质和保障的产品。湖西岛从种植、生产、加工、酿造到质量检测、物流配送实行全程监督,与中华老字号恒顺结成战略合作,采用传统手工艺酿造,通过中国、日本、欧盟、美国四方有机认证的品质保证,无任何化学添加,形成全方位的追溯机制,酿出令人回味的传统老味道。湖西岛有机香醋选用农场自产有机稻米为原料,采用国家非物质文化遗产固态分层发酵工艺,经三大过程、四十多道工序,户外露天陶缸密封存放酿造而成。湖西岛有机晾晒酱油精选有机原豆,采用恒顺万通酿造工艺,经手工制酱、短水放坯等工序后置于露天瓦缸内 365 天四季晾晒发酵,营养丰富,酱香浓郁。辛勤付出近十年的潜心耕耘和酝酿,湖西岛实现了让人们可以买到地道好醋,打到地道真酱油的愿景,畅享有机调味品所调和的健康生活美味。

