

龙华素粽端午受青睐



热点，而最新推出的枸杞山药粽和菌菇板栗粽等养生系列粽也销量不俗，受到年轻购买者的追捧。

一枚小小的素粽为何会如此受欢迎呢？其一，原料优。精选优质糯米，色白、颗粒饱满、糯性足；粽叶叶大清香扑鼻，富含硒，煮后依然叶色色亮，各种粽子馅料也是精挑细选，品质上乘。其二，每一只素粽在现代化的食品工厂内通过传统工序制作，安全卫生，口味更佳。其三，真空包装，携带方便。同时，龙华素斋还推出了浓浓端午情调的礼盒粽，是您馈赠亲友，孝敬长辈的首选。



订购专线:4008-200-158
电话:021-51088000x2266、2288
网上商城:www.4008200158.com
徐汇区 龙华古寺店 龙华路 2787 号(龙华古寺东侧)
静安区 圆明讲堂店 镇宁路 156 号(延安西路口)
浦东新区 成山店 成山路 1993 号(巴黎春天地下一层 60 号铺)
张杨路店 张杨路 601 号(浦东食品城一楼)
宝山区 大华店 真华路 888 号(巴黎春天地下一层)
闵行区 莘庄店 沪闵路 6088 号(龙之梦地下二层)



舌尖上的美味拉面



中国南方地区的主食以稻米为主，这是特殊的地理气候和种植条件所致。南方人时常也会吃一些面食和粗粮，面食是由小麦磨制的面粉制成的，面粉富含蛋白质、维生素等，营养价值很高，而且，面粉可以制作的食品种类最多。生活中最常见、作为主食最普遍的，就是面条。

上海海纳百川，因而饮食文化也相当丰富。就说这点心小吃，各类面食点心店早已遍布大街小巷。后来又出现了一批的拉

面店，吸引了不少消费者光顾。看着店师傅抖落着面条，越拉越多，越拉越细，觉得新鲜。那细长的拉面，放上各种风味的调料，让人想起“大漠孤烟直，长河落日圆”、“天苍苍，野茫茫，风吹草低见牛羊”的西北风光，也着实让沪上喜欢面食的食客回味了好一阵子。据说，拉面拉得好的师傅，还创造过吉尼斯世界纪录。

上海冠生园益民食品有限公司为了方便消费者在家就能品尝拉面的独特风味，开发出新一代面制品——手工拉面。该产品精选蛋白质含量高、延伸性能好的优质面粉，在传统工艺中融入现代科技，规定必须经过二十小时以上的不断醒发，为的是在制作过程中更有韧劲。然后采用手工和模拟手工动作拉制、延伸，使面条由粗变细最后至标准形态。产品外观洁白纤细，通透光泽，口感柔韧爽滑，富有弹性，而它区别于一般面条的显著特点，就是不浑汤、不断条，而且久煮不烂。和传统手工拉面相比，冠生园的手工拉面选料更地道，外形更规整，食用更方便，回味更长久。口味上更是可随各人喜好，咖喱牛肉、鲜味羊汤是典型的西北风味，也可以继续本土特色，放上各种新鲜美味的浇头。面条玉润剔透，浇头色香味俱佳，足以让人垂涎欲滴。

自己动手做美食，不妨试试冠生园的手工拉面，领略舌尖上的南北风情。无言

“舌尖上的国宴”独步上海 品尝“亚信国宴”请到孔家花园



“只怕想不到，不怕做不到”，热热闹闹的亚信峰会刚刚结束，出现在 5 月 20 日为各国元首所设的迎宾晚宴上的十道佳肴，已经呈现在孔家花园餐桌上，等你品尝。

复制一套“舌尖上的国宴”，是孔家花园一大创意。国宴上吃什么？一直是“吃货”们好奇心的聚焦点。开国第一宴的菜谱，很久才为人所知，现在毕竟是在开放的时代了，况且又是在上海，亚信国宴的菜谱，第二天便遍传坊间。何不一试？让吃货们的好奇心满足到舌尖！刚刚得到“上海最具餐饮文化中餐厅”称号的孔家花园，于是又一次独步上海！

现在让我们“揭秘”一下孔家花园“如此炮制”的“亚信国宴”十道佳肴。

第 1 道，花篮六前菜。鹅肝鲜虾素鸭南瓜等 6 种色彩亮丽营养均衡的冷菜，组成一只花篮形状，都是地道上海食材，意味“上海迎宾”六六大顺！

第 2 道，松茸炖花胶。二种主材，是众所周知的名贵之物，但人所不知，更名贵的是这道菜的清汤！因为亚信来宾很多来自信奉伊斯兰教的国家，食猪肉，所以熬制这道清汤的材料选用牛腱老鸡，鸽子凤瓜等上好食材，用优质矿泉水熬制 5 个小时，用的完全是烹制“开水白菜”的绝品功夫，汤色清澈，鲜美异常，唯有知者方知其价。

第 3 道，双味鲜虾球。二只大明虾，一只干烧微辣，一只荠菜烩制，一红一绿，两种口味，异曲同工。

第 4 道，煎烹小牛肉。用中西合璧的烹饪方法制作的一道海派大菜，配菜也完全“照搬”国宴：秋葵，黄瓜，草莓，漂亮而且营养丰富。

第 5 道，夏果炒鲜带。在一只土豆丝制成的“雀巢”里，姹紫嫣红的配料衬托着晶白的鲜带，美丽与美味同在，更应了一句吉祥话“筑巢迎凤”！

第 6 道，鼓香比目鱼。品味至此，要调节味觉了，于是极具江南特色的豆豉上场，搭配鲜嫩的比目鱼，压轴大菜，“舌尖”为之一振！

第 7 道，丝瓜青豆瓣。高潮之后，一曲田园小品，请你有如散步在绿色的田野。

第 8 道，江南点心。一只小竹笼，盛着印糕四喜饺等三件传统点心，一派江南风韵。

第 9 道，水果拼盆。多种鲜果的同一特点是色彩光艳但都低糖。

第 10 道，西式甜品。布丁，蛋糕与冰淇淋，与点心呼应，一中一西，相得益彰。

极具海派风格的“国之大宴”，至此收尾。必须说明的是：孔家花园只是让“亚信国宴”的佳肴从菜单里走出来，“4D”化的呈现在餐桌之上，其他种种，何能相比国宴之万一。比如这次“亚信国宴”主题是“丝路盛宴”，所有餐具都以此主题用了 165 天才打造成功，再如盛装水果的水晶果盘，是将纯白骨瓷盘置于一块 2 公斤的冰雕之中，盆底再衬一朵透明粉红花瓣，华灯之下，极其动人。这些，无疑都是孔家花园不可能做到的了。

但是，如果仅仅是为了尝一尝“舌尖上的国宴”的味道，不妨到孔家花园走一趟，顺便便看看民国首富孔祥熙的昔日别墅，风光这边独好。

——之江

十道“国宴”佳肴，每位一套，加配餐前茗茶加红酒或饮料一杯。

每道“国宴”佳肴，均可另点品尝。

详情请电“国宴”热线 64683159

地址：宛平南路 2421 号近宛平南路口

教您几招新冬虫夏草选购窍门

■ 什么是新冬虫夏草？

每年阳历的四月中旬至六月末，在四千多米的雪域高原上，当积雪逐步融合的时候，便是冬虫夏草采收的季节。我们把当年采集的冬虫夏草至来年开采前这一时段称之为这一年的新冬虫夏草。

■ 如何区分新草的优劣？

期间采收的新冬虫夏草按采集次序与质量分为“头草”、“二草”、“三草”，以头草质量最好，其次是二草，三草价值就相对低了许多。头草子座普遍比较短小，大部分不超过虫体长度，且虫体坚硬；二草的子座长度属中等，大部分虫草的子座长度大约不超过虫体长度的 100%，虫体同样坚硬；三草的子座普遍较长，大部分虫草的子座长度超过虫体较多，常混有瘪草、空草。

■ 为什么推荐服用新草？

冬虫夏草保存的时间越久，里面所含各种有机物的有效成分流失的可能性与流失的量就越大，其药用价值就降低，因此，在品质因素相同的情况下，出产时间越近的冬虫夏草药效越好，即新草的药效当然会比旧草更好。

■ 购买新冬虫夏草最佳时机是何时？

由于冬虫夏草的挖采期每年只有一次，按不同产地每年四至六月是冬虫夏草的采挖期，所以每年的五至七月是购买本年新冬虫夏草的最佳时机。建议买足一年的服用量，并冷藏冰封。这样既能挑选到最新鲜品质较好的虫草，又能得到自己细致的保管，还能防止后期的价格上涨。

如您对选购的冬虫夏草还有其他疑问可以拨打我们的热线进行咨询，上海科院药房将安排专业药师为您送去悉心解答，并将免费为大众提供冬虫夏草的真伪鉴别、新旧鉴别、产地鉴别以及各类相关咨询，请电话预约。

咨询热线：021-64311772/34010789 (上海科院药房) 地址：肇嘉浜路 526 号(近岳阳路)

口臭口干对因治疗是关键

熬夜、烟酒过量、饮食肥腻、精神紧张、年老体弱都会产生内热，出现口干、口臭、口腔溃疡、胃灼热痛、肠燥便秘等症状。这是由于人体胃中积热，气郁化火，久而灼伤津液，使津液代谢失常，即中医常见的阴液(血、精、津液)亏虚(损)，即胃液、肠液、唾液等腺体内外分泌障碍或不足，产生胃灼热痛、口腔溃疡、口干口臭、肠燥便秘，加重身体对糖脂等营养消化代谢的压力，危害脏腑腺体。所以长期口臭口干，应及时加以治疗。

患者可选用“养阴口香合剂”独有滋阴生津，清热泻火，行气消积三管齐下：改善津液代谢，即唾液、胃液、肠液等腺体内外分泌功能，阴液充裕可以滋养脏腑；清热泻火可排除虚火内热；行气消积，使气机顺畅，疏肝解郁，加强消化功能。

“养阴口香合剂”贵阳名牌，国药准字专利产品，精选贵州鲜品金钗石斛：善补阴虚，补五脏，强阴益津。配以 12 味地道药材，30ml，量足药好。治疗口臭口干、口腔溃疡、牙龈肿痛(牙周炎)、肠燥便秘、胃灼热痛等症。有糖耐量异常者代谢功能患者可按说明书使用。建议患者按疗程使用，调整生活习惯，效果更佳。4 天一疗程，一般 1-2 疗程，重症加量，延长疗程。

“养阴口香合剂”养阴生津、健康口气！“养阴口香合剂”贵州万顺堂生产，全市各大药房有售(建议服用 4-6 盒)批准文号：国药准字 z20025095 黔药广审(文)2014030040 号 上海备案号：2014 年 4 月 3 日 请按药品说明使用或在药师指导下购买。

电话：62041665