

## 吃正宗大闸蟹,上阳澄湖莲花岛

“西风起,蟹脚痒”,秋风一起,菊黄蟹肥,持螯赏菊,是一件多么令人惬意的事。随着大闸蟹的大量上市,沪上市民盼望已久的大闸蟹之旅再次启程。

蟹的品种较多,但唯有阳澄湖的大闸蟹味道最为鲜美,所以

不少沪上市民不远千里,专程来到阳澄湖,但是到了阳澄湖能否吃到正宗的阳澄湖大闸蟹呢?这又是一个令广大食客头疼的问题。一般人认为,昆山巴城就是天下第一蟹城,因为那里“蟹多成市”。其实不然,那儿销售的大部分是“沐浴蟹”(在阳澄湖中洗了一两天澡的外地蟹)。近些年,“沐浴蟹”令巴城名声大落。其实,吃大闸蟹还有一个绝佳的好去处,那就是阳澄湖莲花岛。莲花岛位于苏州市北郊的阳澄湖畔,是一个面积约为1.6平方公里的小岛,形似一朵盛开的莲花,因此得名“莲花岛”。莲花岛四面环湖,独特的地理位置使其保持了良好的生态环境和恬静宜人的田园风光。岛上没有一家工厂,没有汽车,没有摩托车,只有小桥流水,只有绿树成荫,素有“水净、土净、空气净”的美誉,是都市人向往自然、返璞归真的绝佳去处。岛上住着100多户人家,多以养蟹为业。1992年阳澄湖开始养殖大闸蟹,养蟹风刮进莲花岛,现在莲花岛周围的阳澄湖优质水面(东湖)按户划分给村民进行大闸蟹的养殖。

林冲是岛上第一批养殖大闸蟹的蟹农,他最痛恨那些“沐浴蟹”坏了阳澄湖的名声,放在阳澄湖中小船坞洗几天澡,就打着阳澄湖大闸蟹的招牌,让广大消费者难辨真假。林冲以他10多年丰富的养殖经验和特有的养殖技术,以正宗的阳澄湖大闸蟹放在水质清澈、水草丰茂、螺蛳丰富的养殖区内饲养,统一养殖,统一销售。我们听听林冲来讲他的蟹经:“我们养殖的蟹,起码在阳澄湖呆两年,先从长江口买来蟹苗,这种芝麻大小的



蟹苗每斤七八万个,放在岛上的池塘里保育,长到纽扣大小,每斤30来只的时候,第二年就转放到湖内放养。先放在网眼很小的‘网中网’养一个月,防止个子小的幼蟹脱逃,再放在有30亩面积的大网中野生放养,基本不喂食,螃蟹自己

捕食湖中的螺蛳、小虾、小鱼等”。在莲花岛蟹农林冲眼里,大闸蟹成长路上有4种天敌:一是黄鳝,会吞食幼蟹,所以蟹农看到黄鳝必定追杀之;二是水鼠,会咬碎小蟹壳,不得不防;三是阳澄湖中鳊鱼,会吞食软壳蟹;四是偷蟹人,等到大闸蟹长成后不怕湖中任何生物,但晚上一碰到偷蟹人就束手就擒。为此,每年9月到12月,蟹农每晚都会一直住在湖面上固定的养蟹船中守夜,防止趁着西风爬上网栏的大闸蟹被人顺手牵羊抓走。经他养殖的大闸蟹个儿肥大,肉质白嫩,玉脂红膏,煮熟后,异香扑鼻,吃起来脂腻膏多,口感微甜,真是定点养殖阳澄湖,只只正宗大闸蟹。

为了让广大游客和美食爱好者,能更好地体验农家生活,享受更多的农家乐乐趣,林冲在阳澄湖畔自办了宝岛蟹舫。在船船上,我们除了点上必吃的宝岛蟹舫自己养殖的正宗阳澄湖大闸蟹外,还可尽兴地点上蟹舫自创的农家菜:清水河虾,清蒸鳊鱼,清蒸白鱼,葱烤鲫鱼,红烧鳊鱼,雪菜蚌肉,香辣螺蛳,小熏鱼,咸鸭蛋,菠菜,大青菜,萝卜等。

赏阳澄美景,品虾兵蟹将,相信阳澄湖莲花岛宝岛蟹舫一定会给你带来吃蟹全新的体验。

具体路程如下:京沪高速(G2)——苏州绕城高速(S5常熟方向转S48无锡方向)——阳澄湖北出口——湘石路——澄林路——阳澄湖休闲旅游度假区——澄中路1号宝岛蟹舫专用码头。

联系人:林冲 联系电话:13806136787  
网址:www.ychbaodao.com

## 云峰大饭店新容新貌新姿喜迎嘉宾

金秋丹桂飘香,上海云峰大饭店经全新装修,以新布局、新环境、新面貌、新菜肴让人流连忘返。大饭店地处市中心,闹中取静,人杰地灵,美食款多。云峰大饭店是三星級定点旅游饭店、国家银叶级绿色饭店,在全国中餐技能创新大赛中脱颖而出,创出佳绩。每年举办的云峰小龙虾节和江鲜美食节别具特色,造就了“云峰小龙虾味美四方、老豆腐香飘上海”的好口碑。

云峰大饭店人才荟萃,始终坚持每月创新推新菜,满足新老客户“喜新厌旧”的口味。极具风味特色的云峰菜肴,以其独特创新为亮点,融入粗菜细做、土菜精做的理念,讲究食材的环保,用料的实在,深受广大赞誉。云峰十三香小龙虾、云峰老豆腐、韭菜天菜炒蛋、木桶菜团子、自制咸肉蒸土豆屙获世博名特菜点和上海市烹饪协会授予的上海名菜称号。特别是云峰鹅仔老豆腐,选用环保养殖的广东黑棕鹅,鲁菜风味的山东老豆腐加入高汤,专人烧制而成,放上各种调料,焖烧后豆腐口感滑嫩,鹅仔味道鲜美,是各位嘉宾的必点菜肴。

云峰大饭店配套设施齐全,大型豪华包房、中西式兼用大套包房,适用大型聚会、会议、婚庆的大厅,可放置35桌,广场式停车场成为市中心屈指可数的大型停车场。别墅式客房、大小套房、商务客房和各类会议厅、云峰剧院、茶庄、棋牌室、足浴房、酒吧等多功能服务一应俱全,成为商务、休闲、庆典、业务活动的最佳去处。云峰大饭店以崭新的面貌迎接您的光临。

地址:北京西路1700号

订餐电话:52797979

订房电话:62553600

总机:62550500

网址:htp://www.sh-yf.com



### 云峰大饭店招牌菜

#### 鹅仔老豆腐砂锅

口味:口感滑嫩,味道鲜美。

#### 十三香小龙虾

口味:咸中带鲜,口感鲜美。

#### 木桶菜团子

口味:口感滑糯

#### 老豆腐砂锅

口味:口感鲜美,豆腐滑嫩。

#### 腰果麻球

口味:外脆内糯,口感香美。

#### 干椒炒天菜

口味:咸中带鲜,口感滑脆。

#### 原盅老鸡汤

口味:汤汁清纯,口感鲜美。

#### 石锅砂煲辽参

口味:汤汁浓郁,口感滑糯。

#### 海鲜面疙瘩

口味:汤汁浓郁,味道鲜美 口感滑糯。

#### 高汤松茸花胶筒

口味:汤色清纯,口感鲜香。

#### 炒米石锅海鲜

口味:汤色浓郁,口感鲜香。

#### 京葱鹿筋煲

口味:口感滑糯,味道鲜香。

### 小贴士

1. 位于南楼四楼的大型豪华包房“云峰壹号”,建筑面积超过200平方米,摆放了直径达4米的圆桌,可同时供30人分餐式宴请;包房还配有80英寸的液晶电视和专业级的卡拉OK演唱系统,是公司庆、聚会的最佳场所。

2. 以“花”命名的15间包房位于南楼四楼,风格各异、大小不同,将“花”名为主体的油画与老上海黑白风景照进行了有机融合,体现了云峰大饭店海派美食文化的真谛。

## “新悦”升级版亲民私房菜

文/丁丁

新悦私房菜开张一个多月来,已吸引了近万人次的光顾,回头率达85%。大华地区居民集中,餐饮需求旺盛,但缺乏能打“组合拳”、体现综合实力的品牌店,“新悦”的开张,并给予食客大幅度惊喜,其亲民之举至今口碑相传。

“新悦”之所以能一炮走红,取决于它“视实情,察民意”的准确定位。

首先,以做品牌的状态和强大的厨房团队作为依托,1800平方米店堂,投资500万,可以想见环境之高雅,而人均消费却在50元左右,实在是一家超值的品牌餐厅;其次,以烹制本帮私房菜的标准,去适应更多中老年食客;再则,持续推动升级版私房菜亲民化,用诚意和时间去赢得市场认可。

据悉,新悦私房菜近期又以一系列亲民举措,努力践行“既好吃,又便宜”的经营宗旨:

■ 推出38只无限制特价菜,每款18元,突破了别家饭店对特价菜的时间、市头、数量等的各种限制,且出品上乘。

■ 推出2档家庭型特惠套餐。可供3-4位用餐的A套为158元,有3冷碟,5

热菜(新悦红烧肉、特色一品虾、油浸鲈鱼、诱惑馋嘴蛙、清炒时蔬),1汤(腌笃鲜),1点心(特色生煎包4个);B套268元,可供5-6位用餐。有4冷碟,5热菜(黑椒牛仔骨、水晶河虾仁、舟山花雕鸡、清蒸多宝鱼、清炒时蔬),1汤(腌笃鲜),1点心(特色生煎包6只)。

■ 生日宴订满3席送1席(凭有效证件,优惠时间为一个月:11月5日——12月5日止,须电话预约)。

■ 推出近20种10元特色面,并随面送特色南瓜酒酿圆子和馅心为黄芽菜烂糊肉丝的传统春卷。

据介绍,“新悦”每月还推出菜肴排行榜,以推陈出新。近期位列排行榜前茅的招牌菜有:热气山羊肉煲、“战斗鸡”汤(安徽会飞的土鸡)、秘制汗蒸鸭、新悦红烧肉、野生鳊筒煲、肉汁萝卜等。由浙江台州渔港每天直送的带鱼、鲳鱼由于新鲜,已成每桌必点之菜。

新悦私房菜的高厨团队以对中高档菜肴的出品要求,对200多款菜肴每个菜都认真地粗菜精烹,性价比当然有了保证,应该是个值得舍近求远去品尝的好饭店。

### 【店家温馨提醒】

新悦红烧肉供不应求,即日起恕不外卖;特色生煎包(热气肉馅)每天限量供应60只。

地址:真华路1112号(大华森休休闲广场、近华灵路)

电话:021-66377900(免费泊车无扰)

## 西藏自然资源开发与公益环保共生新模式

——珠峰冰川玻璃瓶装高端饮用水首发上市

2012年11月1日,以“世界之巅,圣水之源·民族产业,世界品牌”为主题的珠峰冰川玻璃瓶装高端饮用水新品发布暨公益慈善晚宴在北京光华路五号院国际会展中心举行。

“珠峰冰川”始终遵循企业发展和自然环境保护与当地扶贫事业相结合的原则,致力于珠穆朗玛环保和当地扶贫事业。本次首发上市的玻璃瓶装高端矿泉水每销售1瓶,企业将提取0.1元捐赠给基金会。活动通过慈善晚宴义拍珠峰冰川纪念版玻璃瓶装水,当晚义拍的最高单瓶价格高达6万元,所获款项共30万元捐赠给珠穆朗玛环保基金会。

### 一、政府政策指引开发自然优势资源

在党的好政策的指引及政府职能部门指导下,珠峰冰川水项目获得珠峰地区饮用水资源50年独家开采权,工厂建在珠峰国家自然保护区实验区内,水源地泉眼是世界罕见的特大冰川自涌天然矿泉水水源,通过国土资源部门地下水矿泉水及环境检测中心鉴定,具有五大天然特点:

### ■ 来自世界最高峰的冰川自涌天然矿泉水源

亿万年前喜马拉雅造山运动,地壳板块碰撞和岩层断裂的构造形成独一无二的岩层地质地貌及气势磅礴的冰川体系,造就了珠峰冰川得天独厚的岩层过滤、矿化、磁化条件。

### ■ 属弱碱性的锂锶复合型冰川自涌天然矿泉水

独特的地质地貌与自然环境赋予的丰富均衡地天然矿物质和微量元素,含有锂、锶、钙等多种人体不可缺少的元素。锂锶复合型天然矿

泉水更全面更均衡的提供了人体所需矿物质。弱碱性更加接近人体酸碱度,长期饮用对人体有益。

### ■ 水龄为16500±150年

珠峰冰川天然矿泉水,孕育于珠峰终年积雪和冰川发育的稀有地带,在高山山水之间,冰川融水和冰雪补水渗透到地壳深处,历经岩层溶滤、矿化、高寒及地磁活化,高压自然喷涌而出,整个历程长达16500年。

### ■ 属低氘(含量-143‰±2‰)冰川天然矿泉水

科学研究表明,所有水中都含有氢的同位素氘,氘对生物生长发育有抑制作用,所以水中氘含量越低越好。低氘水对提高生物活性十分有益。

### ■ 核磁共振半峰宽为71.19Hz,属于小分子团水

珠峰冰川自涌天然矿泉水是罕有的71.19Hz小分子团水。科学研究表明,形成水的抱团水分子越小,人体细胞越容易吸收,就越有利于提高人体新陈代谢机能的效果。

### 二、选用国际先进工艺

珠峰冰川在国内率先采用国际先进非臭氧双重杀菌工艺和技术,为首家推出无溴酸盐的瓶装饮用水企业。创新采用内盖物理方法解决瓶内外大气压差,未添加液氮,保证源水中矿物质和微量元素天然特性不变,全部产品在珠穆朗玛峰国家自然保护区水源地灌封。公司于2012年启动NSF认证程序,加入IBWA国际瓶装水协会。

