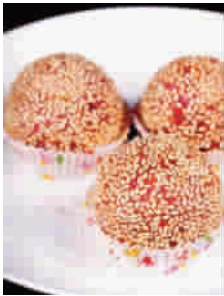


雍廷沪粤菜三店同庆
全单 7.8 折



喜好寻觅美食者比比皆是，而真正的行家是懂得如何吃到健康又营养的美味，在众多餐厅中“雍廷”更懂得挑剔的美食家们对色、香、味及健康的执着追求，集沪粤菜之精华的出品让“雍廷”在众多餐饮品牌中一枝独秀，近日“雍廷”虹梅、广场店相继开业，为回馈新老顾客，1月15日前午晚市全单7.8折和午市茶点5.8折超低折扣的活动让众多美食家们纷至沓来。

【雪菜家烧大黄酒】大黄酒与雪菜是天生的绝配，这道菜经过雍廷大厨的改良，成为了一道本帮菜与粤菜相结合的经典之作，既保持了鱼肉的鲜香嫩滑，而极具本帮特色的酱汁又能刚好入味，用家烧的做法自然收汁。

【咸鱼毛豆小素鸡】口感细腻的小素鸡弹性和嚼劲是取材的关键，咸鱼还未上桌已是满屋飘“香”，砂锅的“滋滋声”热气腾腾，还未动手口水就已经开始哗啦啦，试试看——对！就是这个味，这道貌似家常的菜里的咸鱼可是总厨家传秘方所制，真正的小个头大味道，与毛豆、小素鸡相得益彰。

【紫薯奶酪球】这一款点心是以健康紫薯为主要原料，外面包裹着白芝麻，里面含着奶酪，虽然其貌不扬，但口感却香甜不腻，深受老人和小孩的欢迎。是雍廷获奖的一款金牌点心哦。

爱吃、懂吃必来雍廷，美味又超值！典雅舒适的环境和宾至如归的服务，超乎你的想象，另有年夜饭火热预订中，带上全家一起来！

雍廷餐厅(虹桥店)
长宁区天山路1111号虹桥天都5F(近遵义路)
订餐热线:61281117

雍廷餐厅(虹梅店)
闵行区虹梅路2975号嘉廷酒店2F(近吴中路)
订餐热线:61271117

雍廷餐厅(广场店)12月19日开张
黄浦区新闻路126号嘉廷酒店1F(近长沙路)
订餐热线:61371117

最妙“香家”冲绳风

文 / 阿猫



冬天终于开始发威，温度计快速往0℃方向行走，突然觉得回家后抱着Ipad焐被头，成为一天中最幸福的时光。此处提醒，千万别在这个幸福时光，看关于美食的视频，尤其如《孤独的美食家》此类，不然就会变成幸福的折磨。就好像那天碰巧天冷，碰巧正窝在家享受幸福时光，碰巧看到了那个叫井之头五郎的男主角正大快朵颐的品尝冲绳美食，随即胃中便慢慢刮起了那暖暖的冲绳风。然后，吃货本性大爆发……好在第二天，我发现了香家。

在上海，以冲绳料理为主打的日料店不多，隐匿在九州生活广场二楼的香家就是其中的一家。冲绳虽靠近海边，但当地的黑毛猪、豆腐、苦瓜的名气似乎比各类刺身更响。用除了“嚎叫”其他都能吃的冲绳黑毛猪做的红烧肉，是香家的特色菜之一，此道不同于本帮菜的红烧肉般浓油赤酱，汤色看似不重，却清鲜无比，顺理成章地带出黑毛猪特有的肉香味，入口后，猪肉的层次感更为丰富，且肥而不腻，在咀嚼时，不同部分的肉各司其职，肉香四溢，不知为何一边吃肉一边会有种令人再叫上一碗白饭的冲动，真是怪哉！

除了黑毛猪，冲绳的豆腐是不可不提的。但香家的豆腐是一个秘密，据说这里的自制豆腐是来自日本厨师长的家族配方，不可外传。花生豆腐一定要尝，可能会改观你对豆腐传统口感的印象，相当之妙哉！

正吃得欢畅，看到隔壁桌上了日式火锅，探头观察间，那桌的香港食客便向我强推这款冬日限定的水炊锅，还热情地介绍了吃法，先将锅内的蔬菜鸡肉丸子吃掉，然后放入乌冬面，伴着鸡肉吃完面，再在最后的汤汁内加入米饭，此锅是他冬日的最爱。不过，后来这个水炊锅也成为我的最爱了。遇上“好吃”的同道中人，实在是乐哉！

香家地址:闵行区虹梅路3219号九州生活广场2楼
电话:021-64012102

东厢西房里的美味

文 / 可苗



东厢西房，这名字一听就令人觉得亲切，仿佛回到童年时光，烧得一手好菜的外婆，每到吃饭时分，轻声唤着在西厢房里正做着作业的我到东厢房来吃饭，通常外婆叫我的第一声，我就已经出现在东厢房门口了，外婆总道，这小囡反应真快。殊不知，那阵阵香味早已让我候在房门口了，哪还等得了外婆唤我第二遍……

不过，今天介绍的东厢西房可是一家饭店，除了店名亲切感十足之外，这家店的主打的家常菜精做也令人倍感亲近。有人说，家常菜天天吃，无所谓爱不爱。但有了这“精做”两字，这寻常人家常吃家常菜，可就一下子化平凡为华丽了。“精做”首先要食材新鲜，其次要刀功出色，再来要火候把控，出来的菜必定是色香味俱全，而且摆盘漂亮。来东厢西房吃饭，一道原汁原味的花雕干蒸鸡几乎是每桌必点，店家精选的走地鸡，是这道菜好吃基础。而另一道上海九转肥肠，是老吃客们钟爱的佳肴，要让这肥肠只吃得出美味吃不出异味，在制作时所花的功夫可不简单。除此之外，招牌双味鲳鱼、目鱼大烤、白切肚尖、合味藕片、酱麻油拌海蜇头等也是店里人气菜肴。如果你喜欢吃饭前小喝几杯，记得点他们家特有的小坛装黄酒，刚上桌时，坛上醒目的“寿”字和寿星公图案，令人印象深刻，开封后，酒香扑鼻，而滋味更令人回味无穷。

值得一提的是，东厢西房的别致环境，如果在一楼大厅用餐，就好像坐在小桥流水旁，金鱼在低头可见处自由地游弋；如果邀请的朋友众多，或是有重要客人来访，可选择二楼包房，每一间包房的设计都透露出浓浓的文化气息，早到的客人，可坐在包房的客厅区喝喝功夫茶，聊天等待，也可推门坐在阳台的长椅上，赏景品茗……

美境+美食，是东厢西房为食客们打造的专属美味。

东厢西房地址:浦东新区花木镇白杨路378号
电话:021-50917677

梅龍鎮

百年传奇 海派经典

忘不了，老上海的年味

梅龙镇「年夜饭家宴礼盒」

隆重发售

上海小囡们，还记得小时候的过年吗？

邂逅，兔子灯，妈妈亲手做的本帮菜年夜饭……

年夜饭是一种仪式，它代表亲情、代表团圆，代表幸福。

梅龙镇百年传承海派经典菜肴，制成家宴礼盒，让奔波归来的上海人年味记忆。



全国十佳中华老字号餐饮品牌

梅龍鎮

订购电话: 400-0303-031

大浪淘沙：欢聚不转场 美餐不间断

现代人往往很贪心，宴请宾朋，一顿晚宴还嫌不够尽兴，总要再寻第二场方向。深夜寒气逼近，在街头哆哆嗦嗦转场中，便有人中途“滑脚”溜之大吉，坏了大家的兴致。如何能在这个冬季享受一整夜的好气氛，又始终有饕餮美食相伴？这个答案，没去过“大浪淘沙”的人一定猜不到——这家沪上知名的洗浴中心恰恰能满足你如此苛刻的要求。

踏进“大浪淘沙”，换上柔软舒适的浴衣，原本厚重的身子一下子轻巧起来，冻得通红的脸颊也泛起了愉悦的喜色，从此刻起，整个夜晚都将与严寒暂别，尽情享受美食吧！

到洗浴中心美餐一顿？你的确没有看错，自11年前落户上海，“大浪淘沙”除了在洗浴方面提供高端服务之外，还一向以提供精致餐饮而闻名。

人称“涛哥”的行政总厨杨振涛本是水上人家，旅顺人氏，家人世代以打鱼兼开排档为生，18岁那年，他继承了这门手艺，从而做出了名堂。“涛哥”的“生焖活鱼”可谓傲视天下，凡是来旅顺吃海鲜的人，都要尝尝他的这道绝活。此后，“涛哥”不断钻研烹饪技法，后又师从开国大典的国宴大厨，于2004年建国55周年之际，在辽宁地区首推“开国第一宴”，吸引食客无数，当时辽宁多家媒体都刊载了有关资讯。

开业11年来，“大浪淘沙”对珍稀食材的发掘，堪称“锲而不舍”。上海作为一座港口大都市，具有尤为便利的运输条件，因此在“大浪淘沙”的菜单上，陆续出现了辽宁东港三疣梭子蟹、中华雪龙牛排、火炬海带头等食材的名字。

这种来自辽宁东港海域的三疣梭子蟹，让人想来就流口水。在冬季洄游季节，这种梭子蟹最为健壮，最大个可达500多克。打开雌蟹蟹盖，红膏满盖，顿时满屋鲜香扑鼻。涛哥说，东港黄海域生长的梭子蟹由于所处环境温度较低，所以生长周期较长，比其他海域

及养殖的梭子蟹肉质更加鲜美，享誉国内外。它既可鲜食，又可或蒸或煎，甚或可以一切两半炖豆瓣酱。时下正值阳澄湖大闸蟹“横扫”沪上餐厅之时，但若是亲口品尝过“大浪淘沙”特制的梭子蟹，恐怕会立刻动摇我们心中“蟹王”的宝座。

如此绝佳的美食体验，不仅仅发生在“大浪淘沙”的会员餐厅，即使在自助餐厅，也让人觉得物超所值。目前，“食尚百味自助餐”仅售98元/位，但从餐厅提供的食材品质和种类，可与市面上150元/位左右的自助餐相媲美。中式热菜、韩式烧烤、美式自助沙拉、泰式火锅、闽南铁板烧、刺身、粤式珍品、广东煲粥……种类达到百种以上。若要吃遍每款菜肴，真是一次名副其实的“百味”食尚体验。

再过个把月，大浪淘沙洗浴中心徐汇店即将迎来11周年店庆，公司执行副总徐凉感慨地说，公司当初取名“大浪淘沙”，便有“千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金”的宏大志愿。时至今日，大浪淘沙果真大获成功，已位列上海沐浴行业前三甲。经营面积近2万平方米的徐汇店，集沐浴、餐饮、演艺、康乐、经络养生、美容美发、住宿等近十种专业服务。近期，徐汇店又完成了四五楼的重装装修，开辟出“云朵亭”茶艺空间，走在黑白灰三色基调的老上海石库门回廊之间，心浮与气躁逐一沉淀。看来，当晚的第二场聚会已迫不及待要开场，“宾主尽欢”必将成为唯一的主题。

上海大浪淘沙沐浴餐饮有限公司徐汇店
地址:上海市徐汇区588号 电话:021-64088888

上海大浪淘沙沐浴餐饮有限公司卢湾店
地址:上海市卢湾区中山南一路1065号 电话:021-63035555

