独步上海第七载

孔家花园无刺刀鱼宴登场

你吃过无刺刀鱼吗？

"知有江南风物否，桃花流水鲚鱼肥"，这是刀鱼粉丝苏东坡的"咏刀"名句。又逢桃花盛开，又到"品刀"时节。

鱼至鲜者刀鱼，刺至多者亦刀鱼。能否吃刀鱼而无刺？孔家花园的"无刺刀鱼宴"，独步上海已经第七年。

用手工去尽骨刺的刀鱼肉，制成形味各异的冷碟、热菜与美点，据说这是清帝乾隆烟花三月下江南时，由淮扬名厨奉上的一席御用无刺刀鱼宴，制作秘方一纸单传孔家花园有幸求得。年年品刀时节，孔家花园座无虚席。如今斜土路老店租约期满，原班大厨移师浦东八佰伴店，将此独步海上的绝品佳肴继续奉献天下食家。这世界，唯爱与美食不可辜负，你能不尝？

至尊食家之选：全席无刺刀鱼宴

"全席无刺刀鱼宴"以去刺刀鱼肉为主料，取当令时鲜为配料。**12道佳肴用4斤半刀鱼去刺制成**，全部每人一份。**前菜5道**：刀鱼鸽蛋、刀鱼鸭舌、油爆刀鱼、古钱刀鱼和如意刀鱼。**热菜5道**：金狮刀鱼、锅贴刀鱼、珍珠刀鱼、辽参刀鱼和清蒸刀鱼。**美点2道**：黄金刀鱼和刀鱼烩面。**（每套12道 1位享用 隔天预定）**

至爱亲朋之选：品位无刺刀鱼宴

"品位无刺刀鱼宴"**包括刀鱼10条，其中的2道前菜，4道热菜与1道点心由无刺刀鱼烹制**，再佐以龙虾，蟹粉，牛排等佳肴。**前菜8道**：黄金刀鱼，油爆刀鱼，一品普洱冻，糖醋小排，罗宋色拉，孔家鲁菜，香酥秋葵，田园果蔬会。**热菜10道**：黄油焗龙虾，金狮刀鱼，锅贴刀鱼，珍珠刀鱼，清蒸刀鱼，爱庐蟹粉，茉莉芙蓉虾仁，黑椒小牛排，蒋公豆腐，金汤时蔬。**美点2道**：刀鱼烩面，黄鱼春卷。刀鱼时节至爱亲朋聚餐的品位之选。**（每套8-10位）**

阳春饕餮之选：经典无刺刀鱼宴

"经典无刺刀鱼宴"包括**刀鱼4条，其中的2道前菜，2道热菜与1道点心由无刺刀鱼烹制**，再佐以龙虾、蟹粉等佳肴。**前菜4道**：黄金刀鱼，油爆刀鱼，一品普洱冻，罗宋色拉。**热菜6道**：黄油焗龙虾，金狮刀鱼，清蒸刀鱼，爱庐蟹粉，黑松露扒鲜菇，金汤时蔬。**美点2道**：刀鱼烩面，黄鱼春卷。可谓刀鱼时节经典的饕餮之选。**（每套4位）**

时尚吃货之选：豪华双人刀鱼宴

"豪华双人刀鱼宴"包括**刀鱼2条，其中1道前菜、1道热菜与1道点心由无刺刀鱼肉烹制**，再佐以黄油龙虾、蟹粉等佳肴。**前菜3道**：黄金刀鱼，油爆刀鱼，罗宋色拉。**热菜6道**：金狮刀鱼，清蒸刀鱼，黄油焗波龙，爱庐蟹粉，黑松露扒鲜菇，金汤时蔬。**美点2道**：刀鱼烩面，黄鱼春卷。阳春三月时尚吃货鼎级之选。**（每套2位598元）**

老克勒之选：清蒸刀鱼配刀鱼烩面

"老克拉之选"：**前菜三拼**：黄金刀鱼，孔家鲁菜，罗宋色拉。

热菜1道：清蒸刀鱼。**美点2道**：刀鱼烩面，一品叉烧酥。真正上海滩吃货之选！**（每套1位158元）**

单点**清蒸刀鱼88元**起。单点**刀鱼烩面38元/位**。

开在张杨路的孔家花园八佰伴店，是孔家花园三家分店之一。店里使用的都是地道古董家俱，用老马路名字命名的包房讲述着一个个当年老马路上的故事，在这时空穿越的地方品尝独步上海的无刺刀鱼宴，风景这边独好！

地址：张杨路818号（崂山路口）全季酒店4楼
地铁世纪大道站12号口出步程5分钟
垂询热线：58365118

好消息！丰庄茶城新品即将上市，美丽山水早春茶！

刚过完春节，你的茶罐是否快空了？立春节气已过，春茶的脚步近了，爱茶人都期待想早点喝上一口春茶尝尝鲜。只要气温转暖，2017年新茶便会抢先上市。所谓新茶，是指当年春季从茶树上采摘的头几批鲜叶加工而成的茶叶。为求其鲜嫩，一些茶农在清明节前就开始采茶，这样的茶被称为明前茶；雨水节气前采的茶，被称为雨前茶。由于温度适中，雨量充分，再加上茶树经过了半年冬季的休养生息，使得春季茶芽肥硕、色泽翠绿、叶质柔软，且富含维生素，特别是氨基酸。

但是，关于春茶有几个盲点你要注意：（1）春茶不是越新鲜越好。鲜嫩的春茶因其滋味鲜爽、香气浓烈，历来备受追捧，但如果春茶过于新鲜，非但无助养生，更可能引发疾病。（2）刚采摘下来不久的茶叶由于没有经过较长时间的放置，其所含的茶多酚类、醇类、醛类等物质无法得到充分挥发，可能导致饮用者出现肠胃不适、腹泻、腹胀等不良反应，会加重肠胃疾病患者的病情。（3）新茶中的咖啡因、活性生物碱以及多种芳香物含量也较高，易使神经系统兴奋，饮用者可能产生四肢无力、冷汗淋漓和失眠等"茶醉"现象，神经衰弱、心脑血管疾病患者尤应高度警惕。因此，饮春茶不宜太新鲜。有的茶，比如普洱茶、黑茶等本来就是越陈越好。绿茶等虽然适合新鲜饮用，但过于"赶"也会引发相关疾病。因此新鲜采摘的春茶最起码应存放半个月以上，等茶中的多种物质自动氧化后再喝，也就是说，清明采摘制作好的茶叶，要到谷雨后再喝。

越来越多的人意识到以茶养身体，以茶可行道，以茶可雅志。为了让爱茶人了解今年春茶上市的最新消息，昨日我们来到曹安公路（丰庄路口）沪上西区的超大型茶叶市场—丰庄茶城。作为一个超大规模的专业市场，除了满足广大市民购茶和休闲的需求，还在对中国传统茶文化的传播和继承方面发挥着自己的作用。近年来茶城在相关部门的指导下，加强了对茶叶等产品质量的宣传和监控，率先在业内提出以"健康"和"诚信"取信于民的倡议。目前丰庄茶城已有近二万平米的超大规模和400个泊车位及二百多家茶叶、茶具及文玩客商使丰庄茶城已跻身于上海茶界的前列。丰庄的新茶品质不仅可以放心，而且价格实惠。清明前后正直新茶上市的旺季，现茶城里商户为推新茶优惠多多，让您购买到称心的好茶。

目前茶城仍有个别旺铺火热招商中，机会难得绝对超值，欢迎来电咨询。

招商热线：021-59198811 59196611

丰庄茶城地址：上海市嘉定区曹安公路1611号（丰庄路口），轻纺市场正对面。

2017上海节令青团评优会顺利举行

青团百花齐放 一口春天一口时尚

古代清明节就是一个天然"美食节"，有很多时令美食在这个春暖花开的季节上市，其中就有上海人熟悉的青团。去年杏花楼咸蛋黄肉松网红青团刮起了一阵青团旋风，今年沪上各个厂商家当刚刚的青团纷纷摩拳擦掌，推陈出新，揭开了今年青团销售的序幕。

3月20日下午，2017上海节令青团评优会在上海小绍兴酒家举办，来自沪上30家青团生产厂商的64个品种青团参与评选，不少青团制作师在现场交流学习。上海市餐饮烹饪行业协会常务副秘书长徐长宁主持了评优会，会长沈思明在评优会上讲话，表示春天应该有春天的味道，青团是春天味道的代表，青团上市，意味着春天的味道来了！

青团 品尝春天的味道

在上海，过去每到清明前夕，江南百姓必到田间撷一把"麦青"，回家捣烂压汁，与晾干的水磨纯糯米粉拌匀和好，包上自己做的豆沙馅儿，团好入笼蒸熟，出笼时再薄薄刷一层熟菜油在表面。吃的就是一口新鲜，那朴素的麦青香气，民众非常喜欢，青团被誉为能够吃的春天，仿佛尝到春天的芬芳清香，并一直沿袭至今。

全新品种百花齐放

去年，杏花楼的咸蛋黄肉松青团一团难求，在互联网+的时代成为网红，今年众多厂商纷纷趁机而出动，推出新品种，其中新雅的"腌笃鲜"青团，因腌肉和鲜肉的配比合理，加上春天特有的春笋，入口汤鲜，馅心紧实，成为新晋网红，新雅门口的排队人群也成为了一道新的风景线。

口味由甜变咸 求新求变

今年，参评的64个品种中，除豆沙以外，还有20个是创新品种，如：腌笃鲜、蟹粉、荠菜、马兰头、榴莲、梅干菜、素什锦、鲜肉等，咸、甜、荤、素都纳入馅心，极大丰富了传统节令时令品种的口味，上海传统小吃敢于推陈出新，大有潜力可挖。

在互联网+的时代，上海青团在制作工艺上传承了传统手艺，麦青、糯米的配方不变，工艺手法不改，是传承。然而，在配料上敢于创新，新品种、新口味，是创新。

	企业名称	品名		企业名称	品名
上海特金青团	沈大成食品有限公司	豆沙	上海金牌青团	大富贵酒楼有限公司	豆沙、荠菜肉
	杏花楼食品餐饮股份有限公司	咸蛋黄肉松		豫园商城和丰美食楼	瓜仁细沙
	新雅粤菜馆	腌笃鲜		东郊宾馆	松仁枣泥、玫瑰花
	王家沙餐饮股份有限公司	马兰头		鸿瑞兴餐饮管理有限公司	蛋黄肉松、豆沙、紫薯
上海金牌青团	王家沙餐饮股份有限公司	艾叶（咸蛋黄肉松、细沙、山楂细沙）		夏1999	豆沙、咸蛋黄肉松
	绿杨村	玫瑰豆沙		新镇江酒家经营总公司镇宁酒店	紫薯
	上海乔家栅有限公司	豆沙、荠菜肉、蛋黄肉松		沧浪亭	豆沙
	沈大成食品有限公司	马兰头香干、蛋黄肉松		七宝老街汤团店	豆沙
	新雅粤菜馆	豆沙		东泰祥	豆沙
	德兴面馆	细沙、鲜肉、净素、蟹粉鲜肉	上海特色青团	光明村大酒家	芝麻
	功德林素食有限公司	荠菜、素蟹粉、净素		沧浪亭	竹笋鲜肉
	老半斋酒楼	豆沙、菜肉		新镇江酒家经营总公司	梅干菜肉
	五芳斋点心店	五芳榴莲		七宝老街汤团店	荠菜肉
	大壶春生煎发展有限公司	蛋黄肉松、三鲜虾仁		东泰祥	荠菜肉
	虹口糕团食品厂	豆沙、荠菜鲜肉、咸蛋黄肉松		上海学校餐饮服务有限公司	豆沙、紫玉咸蛋黄
	乔家栅小吃世界有限公司	豆沙		上海绿捷实业发展有限公司	麦香杂粮
	锦亚餐饮管理有限公司新亚大包	豆沙、咸蛋黄肉松		[illegible]	豆沙、咸蛋黄肉松
	光明村大酒家	豆沙、咸蛋黄肉松、什锦咸		学府餐饮公司电讯横浜食堂	桂花细沙、咸蛋黄肉松
	上海乔家栅饮食食品发展有限公司	豆沙、蛋黄肉松		复医餐饮公司—妇婴东院食堂	赛蟹粉

春季特惠

洋葱泡红酒，怡养每一天！

洋葱干红 4瓶99元

"洋葱泡红酒"近年来风靡全国，可很多人在家泡制时，掌握不好泡制的比例，缺乏专业的灭菌条件，又没有科学的发酵技术，所以十有八九泡不好，到头来反倒浪费了几瓶上好的红酒。养生达人们纷纷感叹："洋葱泡红酒"虽好，可是不好泡，这可怎么办？

斯普瑞酒业历经十年研制，倾情推出无糖型洋葱干红。每一滴都产于长白山麓黄金北纬41°，精选长白山山葡萄、东北洋葱，并特别添加[illegible]等名贵材料，营养价值再次升级，口感真的非常不错，尤其适合中老年人群，每天坚持喝一点，怡养生活每一天！

春季特惠！洋葱干红，限量秒杀！原价476元，4瓶无糖型洋葱干红，现在仅需99元！无论自己喝还是礼赠亲友，都是上佳之选，抢购热线：**400-710-0560**。

洋葱干红春季特惠礼包由厂家直供，去掉市场中间加价环节，完全让利消费者。全国限量秒杀500组，售完即恢复正价！（购2组及以上者包邮。）

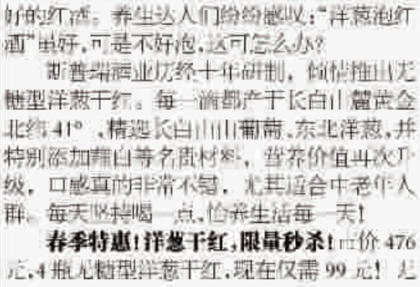
正规发票 安全快递
货到付款 破损包赔

前50名打进电话，还有特别惊喜等着您！

广告
酒精度：11%vol
吉林斯普瑞酒业有限公司

订购热线：400-710-0560

腌笃鲜 炸开春天的味蕾



过了立春，二十四节气循环的开始，寓意着进入了春季。虽乍暖还寒，但万物正悄然复苏。当春乃发生，芽类食材顺应季节，极值得一吃的当属春笋，刚出土的笋清香脆嫩，与腊月便早早准备好的咸肉，炖煮进一锅腌笃鲜，这才是春天的滋味！

这两天，市场里的春笋逐渐多了起来，江南家家户户的餐桌上总有一道拿手好菜——"腌笃鲜"。腌，即腌制过的咸肉或者火腿；"笃"，在上海话里就是用小火焖炖的意思；"鲜"就是春天破土而出的春笋了！腌肉和鲜肉，加上竹笋放在一起笃成一锅，汤笃的浓白，春笋吸饱了一锅咸肉的浮油，再加少许黄酒，咸香交融，再起一勺，笃酥了的咸肉，肥而不腻，嫩黄嫩黄的春笋，清香微甜，每份原料都物尽其用，成就了大名鼎鼎的腌笃鲜。

腌笃鲜烧起来并不复杂，同样，极好吃的腌笃鲜，不在米其林三星餐厅，而是自家厨房妈妈的手艺，老咸肉和小鲜肉切成三厘米见方，一起用慢火细炖，再加入滚刀切成块的竹笋，三种食材，简简单单，却融合得恰到好处，尝到了春天的味道，构成了鲜到极致的平衡。

●国内邮发代号3-5/国外发行代号D694/全国各地邮局均可订阅/广告经营许可证号：3100020050030/社址：上海市威海路755号/邮编：200041/总机：021-22899999转各部
●本报印刷：上海报业集团印务中心等，在国内外7个印点同时开印/上海灵石、上海龙吴、上海金桥、上海界龙/北京、香港、美国洛杉矶
●本报在23个国家地区发行海外版/美国、澳大利亚、加拿大、俄罗斯、西班牙、泰国、菲律宾、日本、法国、巴拿马、意大利、荷兰、南非、匈牙利、新西兰、罗马尼亚、尼日利亚、印度尼西亚、阿联酋、英国、德国、希腊等
24小时读者服务热线 962555
本报零售价 每份 1.00元