

春意盎然的季节，周围的一切都是那么生机勃勃。每个人却变得慵懒困乏。喧闹欢快的梦幻逸品之地近在咫尺，与其一直宅在家里，何不以浪漫樱花之旅来犒赏自己？还没有心仪的旅游胜地，不妨就做客日本京都，赴一场美食的邀约，把生活的憧憬与热爱尽情释放在旅途中。

京都樱花，绚烂的美景映衬动人的美食

京都府位于日本主要岛屿——本州岛的中部，是日本宗教和文化的摇篮，有千年古都之称，拥有全日本最丰富的历史文化遗产，是日本文学的故乡。值得一提的是，它也是日本赏樱的最佳地点之一。

赶时间的人，请不要来京都，京都只是用来散步的。哲学之道是最轻松的选择。秋天可以看枫叶，春天当然是看樱花。这条路也很有来头，因为哲学家西田几多郎每日在此思考深奥的哲学问题，所以得名。小径旁遍植五百多棵樱花，都是已故画家桥本关雪的夫人种的，所以叫做关雪樱。

哲学之道有数公里长，如果走累了，去茶亭、咖啡馆和艺术品店休息一下好了。三月赏樱季，有很多和樱花相关的商品和糕点，漂亮到简直不舍得吃。有种淡粉色的年糕里夹着红豆沙馅的，外面再包上腌制过的“大岛樱”叶子，就着叶子吃，超有滋味。

豆腐料理让人回味无穷

汤豆腐料理是日本的特色美食。日文里面的这个汤字，是热水的意思。泡澡的水也叫汤，喝的开水也叫汤。顾名思义，汤豆腐就是开水豆腐的意思。京都的特色料理当中，最有名的就是这个汤豆腐。这大概和京都的清水好、豆腐好，有着最直接的关系。材料很简单，就是豆腐、开水和海带。然而聪明的厨师要是想用最简单的材料做出最美味的料理来的话，就需要高品质的原料才可以。南禅寺附近有成排的汤豆腐料理店，最有名的是“顺正”。原本叫做“顺正书院”，是当时京都最有名的医学院，现在成了汤豆腐餐厅，完全保留了当时庭园的格局，招牌美食是用完全正宗的日本产黄豆及井水古法制作的豆腐。汤豆腐锅端上来了：真是简单到开水、豆腐、海带而已。吃汤豆腐的时候，不要煮太久，开锅就可以了，时间太久，豆腐就煮酥了。煮好的豆腐要蘸着蘸料吃。一般是用酱油、清酒、味噌等原料混合的汁水，这碗汤豆腐入口即化，豆腐的清鲜味道回味无穷，配上幽静的庭院美景，很快让筋疲力尽的我重新变得精神饱满。

逛逛京都人的厨房

在日剧中常有这样的场景：三两好友下课，边走边聊地穿过当地的市场，或是兄妹一起骑着脚踏车到市场里帮母亲买菜。这样温馨幸福的场面让我记忆犹新，而锦市场就是充分满足我的好奇心与购物欲的地方。锦市场被称为京都的厨房，位于京都市中京区的锦小路通，在四百年前日本江户时代就已经开始营业了，锦市场是由一家家老字号连接而成的商业街。商店门前放着整箱的茶叶、日本腌菜、京都地方小吃等等，是京都人的食物来源集散地。锦市场长廊地板干净得让我吃惊，不同于国内所见的传统市场那样嘈杂不堪，而是整洁而又有序的规划，这样看来，里面出售的食物也应该是质量与卫生的保证。与超市和杂货店不同，锦市场最大的特色就是提供最应季的新鲜食材，种类繁多，更重要的是许多店铺都提供试吃，光是香气四溢的味道，就让人胃口大开。新鲜鳗鱼等各色鲜鱼整齐地摆放在摊位上，散发出诱人的清香，各种豆奶冰激凌、果仁煎饼、还有现场制作的鱼片，都值得掏钱购买用来馈赠亲友。边走边吃的乐趣更在于有免费的饮料和甜点来品尝，零距离地感受京都料理的精髓。下午黄昏就是一般民众的购物时间，但是不要在傍晚六点以后来，因为在这个时段以后商家就会陆续收摊。

令人向往的美食、令人羡慕的情怀，以及令人留恋的景色，让这次的美食寻访之旅变得精彩纷呈，不留下一丝遗憾。



赴一场樱花季的邀约

文／隼秀



皮肤红肿、发痒、脱皮，这些令人抓狂的过敏症状，可真是让人厌烦不已。比如查先生一家，就饱受过皮肤过敏的痛苦。一家三口曾多次集体出动去医院就诊，但终究还是无法彻底战胜过敏。

由于一直查不出过敏原因，医生建议他们尽量少接触过敏源，尤其是食品方面。对于食用的肉类应尽可能保证无激素、抗生素；对于蔬菜类食品则要尽可能保证无农药残留，最好是不打农药、不施化肥、无各种植物激素的。

然而对着医生开出的这一“药方”，全家再一次犯起了愁。究竟哪些食品能满足以上条件呢？无公害食品？不行，因为无公害食品其实也是该打药打药，只是有一定量的限制而已。绿色食品？也不行，因为绿色食品也只是比无公害产品要求更严了点，还是可以有一些药物等残留的。

一次偶然的机会，查先生听到同事在讨论关于有机蔬菜味道更纯正、地道、鲜美等口感特征。得到启发的他立刻想到了有机食品，如沪上做有机食品较早的海客乐品牌的有机食品。因为在一般人的观念里，有机食品已经与不打农药、不施化肥、无抗生素、无激素、非转基因划上了等号。躲开了各种农药与激素的查先生一家，皮肤过敏的症状果然得到了一定的改善。

海客乐有机食品专卖连锁 热线:4008978997

2012 流行风味趋势 去油少盐，简洁烹饪

传统风味的原汁原味正在复苏，味蕾的极致体验方心未艾，素食回归，简约当道，创意跨界。美国百年香料品牌“味好美”首次全球同步发布“流行风味预测”，并将视角投向中国，让中国的业内人士及消费者与西方国家一同感受新一年的口味流行趋势。

上周，“味好美”发布的“2012 中国流行风味预测”，除了六大趋势鲜明大胆，更提出用天然香料提供饱满滋味，以代替油盐征服越来越健康和挑剔的餐桌。即便如烤生蚝这样的街边美味也可以走出“蒜蓉+豉汁”的老套路，换用更味道浓郁新奇健康的西柚辣椒汁入味，算得上“够大胆”。他们使用南非红茶配合肉桂、李子营造出香气华丽、口感多汁而且具有非凡的抗氧化功效的新风味。而葡萄柚和红辣椒的组合恐怕将更受欢迎，这两种非常简单的材料，都拥有迷人的香气和浓郁的味道，一道烤生蚝配西柚辣椒汁的“新菜”，简单直接地征服了现场所有人的味蕾。

100% 饲料无激素添加

“科学”改良，营养均衡，充分满足生长营养

“舒适”养殖，降低应激反应

“专业”管理，严格健康检查

“淡定”成长，自然满足生长周期

珍萃麦辣鸡腿汉堡、板烧鸡腿汉堡、麦香鸡、麦乐鸡、麦辣鸡翅、盐焗鸡翅……为什么这些麦当劳的鸡肉特别嫩滑多汁、美味可口？

原来，鸡肉的品质要从源头抓起，麦当劳所挑选的肉鸡食用的饲料都确保 100% 无激素添加。这些主要由玉米、麦麸、豆粕配成的饲料新鲜卫生，即便是人也能安全食用。并且，麦当劳的肉鸡都保证经过国际通行的成长周期，可以自然充分地成长。

据了解，大多数养鸡场都在群山环抱之中，人员和物料的进出也是绝对控制、严格检疫，最大程度地切断感染疾病的危险。而且，这些肉鸡还会得到“专业”的看护和严格的健康检查呢。

2012

—2012—

小心！食物也可能是过敏源