



本版加盟热线：
13592220030 13592220015
13938098684

本栏目由

渔人码头

独家协办

总店地址：周口市邦杰大道
邦杰集团北 20 米路西

渔人码头 海鲜城：8362555
周 口 店 小海鲜：8396777

郸城店： 3265555
焦作店： 0391—2586198
许昌店： 0374—2593333
2592222

订台热线

淮阳龙湖山庄 2698999 2698666

新华楼大酒店 8393000

东云阁 8686865

禧龙阁 8279616 8279619

汇龙鲍鱼 8288699

皖豫情 8238555

骨语钙骨餐馆 6122788

总商会会馆 8681119

大别山风味城 8234957

夏威夷生态园酒店 8201111

粤海美食广场 8275115

三川人家 8284999

千秋居 8103556

三星食府 8226357

信阳南湾鱼 8129308

新品海楼酒店 6197666 6197888

欢迎刊登订台电话
联系电话：13592220015

“老渔人”店庆大酬宾

渔人码头为答谢新老客户的厚
爱，在“小海鲜”三周岁、“海鲜城”一
周岁店庆之际，推出半月抽奖惠客
活动，设立 5 个奖项。日日有大奖，
抽无空奖。

奖项分为：

特等奖 价值 500 元套餐一桌(不含酒水)
一等奖 蒜茸蒸龙虾仔一份
二等奖 葱烧海参一份
三等奖 辣炒海瓜子一份
四等奖 蒜茸蒸扇贝一份

美食热线：8362555
8396777

(温馨提醒：本广告最终解释权
归渔人码头)

高端菜品重在“精”、“新”

——访峰基酒店行政总厨张中洲

□晚报记者 李伟

一直觉得高端菜品就是指特别贵的菜，比如燕鲍翅、辽参、熊掌什么的，见了中国烹饪协会会员、国家烹饪技师、河南省烹饪协会特邀评委、峰基酒店行政总厨张中洲先生，才知道自己理解得片面了。高端菜品的高端并不仅仅体现在原料的名贵上，更体现在菜品做法的考究和精致、以及不断改良创新上。

张中洲以峰基酒店菜品为例佐证高端菜品的考究和精致。首先是原料选择的考究：燕鲍翅、辽参、鳄鱼掌、象拔蚌等等这些名贵原料就不用说了，自然是选用最好的；就连青菜、五谷这样的普通原料峰基酒店也不凑合。张中洲告诉记者，酒店

所用的青菜 90%都是每天从郑州运来的精选品，豆腐是自己磨的，小米用的大名鼎鼎的“沁洲皇”，专门从山西采购。

其次是烹调方法的考究：为了保证菜品绿色健康，峰基酒店菜品调色一律采用老抽和价格昂贵、对人体有益的藏红花汁，拒绝添加任何色素。张中洲说，养生现在是高端菜品的一大主题，峰基酒店也在开业之初就把这个理念深深融入到菜品制作上——推出由药膳演变的养生汤系列，其他菜品调汤时也多用辅助药材，尽力达到药食同补的效果。

最后是做工和装盘的考究：峰基菜品做工精雕细刻，盛菜器皿也尽显精致，风格各异的金器、银器、瓷器各用所需，与菜品相得益彰。

至于改良创新，张中洲更是深有体会。他认为菜品要显其高端，一定要有创新意识在里面，要给消费者出类拔萃、人无我有的感觉。峰基菜品中的生涮甲鱼是一个成功范例，而这样的创新之举还将在今后研究和探索中不断出现。“常吃常新并不仅仅是一个口号，更是我们不懈追求的高端目标！”张中洲说。

峰基酒店订台电话：0394—8102999 8103999

峰基酒店高端餐饮系列访谈(2)

细品靓汤说骨语



的美味靓汤。

喝上一口这样的鲜汤可真不容易，它需要用老火熬制七八个小时以上，而且还要把它的主要原料——猪筒骨的龙骨骨髓融入汤中，这样才能色白味浓，清香四溢，才能使汤里饱和骨胶原蛋白，才能达到真正的补钙效果，特别适合正需要补钙的婴幼儿、中小学生以及老年人。

好处还不止这些，钙骨汤里的胶原蛋白能起到保湿、滋养、亮肤、

防皱、亮目等作用，使皮肤光滑而有弹性，增长骨骼坚强体质。

当然，这不是我说的，这是钙骨餐馆经理王莉介绍的。这位身材娇小玲珑、长相颇像韩国影星韩智慧的女孩，曾在广东东莞呆过一段时间。她说，全国都知道广东人擅于煲汤喜欢喝汤，她的骨语钙骨餐馆也是广东骨语的连锁店，她把骨语靓汤引进周口，也是为了把广东人由吃肉转为喝汤的理念引进周口，在广东有句话，“不会吃的吃肉，会吃的喝汤”。而且钙骨汤能促进体内微循环，增强体能，强身健骨，起到药物补钙难以达到的功效。

眼下天气由凉转冷，冬季即将来了，在今年的冬天里，能喝上一口如此美味的靓汤，是再惬意不过的事情了。

(滕永生)

文明路骨语钙骨餐馆电话：0394——6122788

新品海楼酒店大酬宾

酒店开业以来，本着“高品位、低消费”的原则经营，得到了广大消费者的支持与欢迎。为答谢消费者对酒店的厚爱，即日起对来店就餐者推出以下优惠：

- 1.凡点菜者，每桌免费奉送一道特色菜！
- 2.每天一道特价菜，天天不重样！
- 3.容纳 20 余人的豪华大包房免最低消费！
- 4.凡举行婚宴的均有神秘大礼送给您！

登品海楼

尝天下鲜

订餐电话：6197666 6197888 (图片为酒店多功能大厅)
酒店地址：川汇区交通路与汉阳路(原大闸路)交叉口

Galanx 格兰仕

中国红 格兰仕



让舌头随有氧烹调去旅行

喜欢自助烹调食物，工作却不允许我悠悠自在享受生活，但忙碌不会让我失去高品质的生活，因为有关爱我的婶婶。

最近婶婶推荐我购买了格兰仕新一代“中国红”微波炉，故作神秘地说：准备好了吗？你的舌头会去旅行哦。

于是婶婶交流着她的新发现。原来这台微波炉的遮板、风扇叶、门框、控制面板添加了一种独特的高分子复合材料，这种材料一秒钟可使空气中的负离子增加 4002 个/立方米，当负离子大量产生的时候同时会产生微量臭氧，二者合一更易吸附各种病毒、细菌，改变其结构并将其杀死，它还采用了动态杀菌与固态杀菌相结合，同时具有清新空气的作用。

合，同时具有清新空气的作用。

有健康的电器才有健康的环境。这些从“有氧生态舱”释放出来的负离子，可以增加食物水分中溶解氧，加快水分子运动速度，使普通水变成活性水，从而紧紧锁住食物水分、对食材本味进行还原并形成包裹式健康加热，这样烹饪出的食物更营养健康，实现了对食物的有氧烹调。

此后在忙碌的生活中，简简单单地操作就能让我的舌头随有氧烹调享受到像旅行一样总能接触到“新鲜”的味道。

更多资讯：www.galanx.com.cn
全国售后服务热线：4008-300-333

·九阳电压力煲·

阿永下厨



南瓜烧牛肉

这道家常菜鲜美香滑，南瓜软烂微甜，牛肉嫩滑入味，略带嚼劲，尤其汤汁用来捞白饭味道一流！

材料：

牛后腿肉、南瓜、蒜末、香菜末、生抽王、料酒、生粉、鸡粉、油、白醋、蚝油、红糖。

制作过程：

- 1.牛肉洗净，用刀背拍松，逆着纹理切成薄片，加入腌料抓匀，腌制 30 分钟。
- 2.南瓜削皮去籽，切成 0.5 厘米厚的片。
- 3.取一空碗，加入 2 汤匙生抽王、1/2 汤匙料酒、1 汤匙白醋、1 汤匙蚝油、1 汤匙红糖和 1/2 杯清水调匀，做成调味酱汁。
- 4.烧热 3 汤匙油，倒入牛肉快速翻炒至牛肉变色，盛起待用。
- 5.续添 1 汤匙油烧热，炒香蒜末，倒入南瓜片翻炒 1 分钟，注入调味酱汁搅匀煮沸。
- 6.加盖以小火焖煮 5 分钟，煮至南瓜变软，倒入牛肉片炒匀，撒入香菜末，即可出锅。



小贴士

繁忙的工作，快节奏的生活，怎样才能为家人方便快捷地提供营养的美味大餐？九阳电压力煲利用压力快烹饪技术，让您在最短的时间内烹制出多种营养美味，帮您实现营养快煮的愿望！

(1)压力快煮更省时。九阳电压力煲利用快煮技术，可以在较短时间内完成烹饪，为您节省宝贵的时间。

(2)全营养快释放。独创全营养快速技术，短时间内完全释放食物潜在的深层营养成分，营养获取更快速。

(3)好营养快吸收。压力速热循环立体热能处理技术，可迅速将食物释放出的营养成分转化为微小分子，更利于人体快速吸收。

另外九阳公司欢迎广大家庭主妇报名参加试菜活动。联系电话：8818193

本栏目由“九阳股份有限公司”冠名赞助 电话：8230822 8239708

炖鸡炖肉不加水



九阳电压力煲