

好吃好喝

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
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
骨语钙骨餐馆 6122788

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
活动,设立 5 个奖项。日日有大奖,
抽无空奖。

美国分馆办:

特等奖 价值 500 元套餐一桌(不含酒水)
一等奖 蒜茸蒸龙虾一份
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)

骨语钙骨汤故事之一

打工妹千里迢迢求一汤

□晚报记者 滕永生

2007 年对于骨语钙骨餐馆经理王莉来说,是其人生转变的关键一年。这年的 3 月,在东莞做了 5 年白领丽人的她辞去了日资企业的管理人员职务,回到了家乡周口。然而,回到家乡的王莉却有个心结迟迟不能释怀,且愈久弥坚,那就是在东莞喝了 3 年的大骨仔钙骨汤的美味。

在广东生活过的人都知道,大骨仔的知名度在那里决不亚于李嘉诚,而且去大骨仔的食客大部分都是白领或富裕人士,他们为能喝上汤浓于奶、鲜美无比的钙骨汤当作一件美事。那么,如此美味为什么周口就没有呢?

2007 年 9 月,王莉只身南下来到东莞,与当地大骨仔钙骨汤馆联系加盟事宜未果,无功而返。



2007 年 10 月,王莉重返东莞,再次联系大骨仔钙骨汤馆,又被对方拒绝。但是与王莉娇柔温顺性格相反的是她强大的耐心和毅力,于是她索性住了下来。第二天继续联系,对方挂断电话,第三天,挂断,第四天……第八天的时候,对方终于被她的执著所感动,答应见她一面。

成功好像就在眼前,但对方告诉

她,这只是一家分店。总店在佛山,资产过亿,分店多如牛毛……当日,王莉赶赴佛山,被董事长的代表接见,对方见她是一位年轻漂亮的女孩儿,对她的加盟能力产生怀疑。第二天,王莉站在集团门前苦苦等待,终于见到了董事长,但对方对她的印象并未改变,劝她知难而退。王莉伤心地从提包里拿出羽绒服,这是她从寒冷的北方千里迢迢两次南下的明证。对方沉默了良久,终于答应下来。

2008 年元月,学成归来的王莉把广东的大骨仔钙骨汤引进周口,并沿用总店的名字——骨语钙骨餐馆,填补了周口餐饮界无广东靓汤的空白。

这是一个真实的故事,我问她这么做值得吗,她说你尝尝汤就知道了!

文明路骨语钙骨餐馆电话: 0394——6122788

冬季进补“汤”“菜”“药”

——峰基酒店行政总厨张中洲谈饮食养生

□晚报记者 李伟

“虫草炖活辽参、山参石斛炖活鲍、不老草炖燕窝、西洋参炖老鸡、天麻防风炖猪手等养生汤系列,凉拌鲜天麻、猪肚套走地鸡、生涮甲鱼等药膳……”冬天来临,峰基酒店进补养生

菜品集中登台亮相。冬季进补,也随着餐饮业的推动成了一个热门话题。就此,记者专访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。

张中洲说,就豫东人的饮食习惯来说,冬季进补的主要方式是吃肉喝肉汤。现在大家的养生意识有所提高,也开始青睐各式各样的药膳。但不管是前者还是后者,目前都存在误区。吃肉喝肉汤进补单一,吃多了反而上火难受,适得其反;选择药膳,市民大多所知甚少,普遍存在“是药膳就是好东西”的错误认识。事实上,科学进补讲究的还是一个均衡性,“汤”、“菜”、“药”一个都不能少。

饭前喝汤,苗条健康。现在,越来越多的人认识到喝汤对养生的重要

性。张中洲告诉记者,冬季进补第一靠汤,汤内应该合理加入药材,如虫草、山参、天麻、枸杞等,但一定要避免食物和药材相克;所谓“菜”,就是蔬菜,胡萝卜、西兰花、紫甘蓝等能够提供大量维生素,不吃根本做不到营养全面。当然,经济条件允许的,还可以选择辽参、鲍鱼、燕窝等这些具有显著进补功效的珍品加以药材熬汤做菜,效果自然更好。

“说是这样说,做起来可不容易啊。”面对记者的“诘难”,张中洲笑了:“那欢迎大家到峰基酒店品尝学习,如果周口人都能掌握一两道冬季养生汤品、菜品,并养成冬季熬汤、喝汤的好习惯,那身体素质肯定会更棒。”

峰基酒店订台电话:0394—8102999 8103999

峰基酒店高端餐饮系列访谈(3)

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 (图片为酒店二楼走廊)

酒店地址:川汇区交通路与汉阳路(原大闸路)交叉口

Galanz 格兰仕

中国红 格兰仕

厨房也能像绿林

城市生活让我有点疲惫,厌倦浑浊得让人呼吸困难的空气,永远看不见璀璨的星星。只有在我那小小的厨房空间才能让我放纵着身体,肆意地享受着有氧烹调的新鲜营养美食。

说起来,还多亏小妹的苦心婆心,让我选购了格兰仕新一代“中国红”微波炉,让我的厨房不再是油烟弥漫之地,步入厨房犹如置身绿色森林,体验到健康愉快的有氧烹调。

新一代“中国红”微波炉内胆加入有氧生态树脂材料,门板由能够分解负离子的高分子材料组成,不管微波炉是否处于工作状态,只要有空气处于流动状态就会有源源不断的负氧离子产生,通过肺进入血液以后可以增进人体的新陈代谢,瀑

布、森林之所以给人神清气爽的感觉就是这个道理。

而内胆和门板在加热过程中产生大量负离子,就是利用负离子气体充满整个炉腔,吸附细菌使其失去呼吸能力,使细菌窒息死亡沉淀,动态与固态相结合杀菌率达 99.99%,达到真正的主动杀菌、净化食物本身,这是有氧烹调功能的核心所在。

试想充满负离子的房间生活,是多么让人心情愉快,格兰仕“中国红”有氧烹调使食物新鲜又安全,同时使我真正地拥有了绿林一样的厨房生活。

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

·九阳电压力煲·

阿永下厨



上汤娃娃菜

娃娃菜口感清甜嫩,营养丰富,属于无公害型蔬菜。娃娃菜最适合做成上汤菜肴,将其与高汤、皮蛋、红枣和枸杞一同烹煮,可衬托出娃娃菜的清甜之味,常食还有养胃生津、除烦解渴、清热解毒之效。

材料:

娃娃菜、皮蛋、青椒、红椒、红枣、枸杞、蒜、姜、葱、高汤、油、盐、鸡粉、生粉水。

制作方法:

- 1.皮蛋剥去外壳,用切蛋器切成六瓣;红枣和枸杞洗净,用清水泡发。
- 2.娃娃菜洗净,切成两半;青红椒去蒂和籽,切成块。
- 3.烧热 3 汤匙油,炒姜葱蒜片和葱段,倒入青红椒块炒匀,注入 3 杯高汤,加入红枣和枸杞搅匀煮沸。
- 4.放入皮蛋和娃娃菜拌匀,加盖以中小火煮 5 分钟。
- 5.煮至娃娃菜变软,加入 1/4 汤匙盐和 1/3 汤匙鸡粉调味。
- 6.倒入生粉水搅匀,使汤汁变得浓稠即可出锅。



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,帮您实现营养快烹的愿望!

(1)压力快烹更省时。九阳电压力煲利用快烹技术,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