



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

渔人码头圣诞节、元旦节疯狂大派送

天天新惊喜，天天有好礼！从即日起20天内，渔人码头天天推出：
浓汤滋补锅焖鲍鱼，一桌免费送一份(原价188元)。
家庭团聚宴会标准每位只需38元(限菜品)。
海鲜平价超市：天天供，特价海鲜1元/份，平价海鲜10元/份另：因客源需求，本店急招服务员20名，传菜员10名，欲求从速，工资面议。

海鲜城：8362555
小海鲜：8396777
(温馨提醒：本广告最终解释权归渔人码头)

订台热线

淮阳龙湖山庄 2698999 2698666
新华楼大酒店 8393000
东关阁 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
澳门豆捞 8685111
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

骨语钙骨汤故事之四

“骨语”的真实故事

□晚报记者 滕永生

11月17日这天，文明路骨语钙骨汤餐馆经理王莉静静地坐在落地窗后面，一丝淡淡的愁容掠过眼眸——颇受顾客喜欢的大骨汤原料竟然断货了，前来就餐的新老顾客只得快快离去。断货的打击是致命的。

骨语钙骨餐馆的货源——猪后腿骨一直是驻马店众品实业提供的，这是一家全国知名企业，信誉可靠，最重要是它们的产品新鲜，从宰杀到运过来时间绝对不超过5小时。但在16日那天，武汉的一家大企业一下子买断了它们的所有产品。周口惟一的一家大骨汤馆骨语断货了。

餐馆经理王莉心急如焚。周口



周边地区有没有货呢，有，但那不是正宗、安全可靠的货源，她不甘心。王莉打了无数个电话，经销商、厂家……她甚至向远在广东佛山的骨语总店求援，但远水不解近渴。佛山总店也非常着急，为她四处求援。时间一分一分过去，一个小时一个小时过去……

情况在18日早上出现了转机。王莉一大早接到总店电话，驻马店众品实业洛阳分厂中午要宰杀一批生猪，如果去的早了，还能买得到。挂了电话王莉立刻起身，匆匆租了一辆车赶赴洛阳，时间是18日早上7点，地点是在洛阳偃师县。司机不认得路，走走停停问问，下午2点半才走到地方。对方刚刚宰完，非常幸运，她买到了。她为司机买了几个烧饼就匆匆上路了，回到周口时，华灯绽放，行人匆忙，已是晚上10多钟。

一天滴水未进的王莉松了一口气，一算租车费：800块，但王莉说，他们不会为顾客多加一分钱，更不会降低质量！

文明路骨语钙骨餐馆电话：0394—6122788

改变中国人生活的第一次

第一瓶可口可乐进中国：1979年1月1日中美建交三个小时后，可口可乐宣布进入中国。之后的第三个星期，第一批可口可乐产品从香港经广州运到了北京。如今，可口可乐融入了中国人的生活，同时也见证了融入世界的过程。

第一家个体饭店：1980年9月

30日，北京市东城区翠华胡同里一家名为悦宾饭店的餐馆开张营业，这便是中国改革开放之后的第一家个体饭店。28年过去了，个体私营经济却已在中国餐饮业遍地开花。

第一家西式快餐店：1984年2月，改革开放后中国首家西式快餐店——义利快餐店在北京西单西绒线胡同内开张。合众社的记者认为这是“唐老鸭带动的食品革命”。

第一次不用粮票，想买啥买啥：1987年9月，广西玉林市取消粮票，成了当时中国第一个买粮不用

粮票的地方。从此人们可以想吃啥就吃啥。

第一家肯德基进入中国：1987年11月12日，美国著名快餐品牌“肯德基”设在北京前门地区的餐厅正式开业。这是肯德基在中国内地的第一家餐厅，从此之后，中国有了洋快餐。

第一个饮水机：1991年，在大城市的高档场所出现了可以将自来水净化为饮用水的设备。此后，它走进了千万中国家庭，暖壶也成了历史的回忆。(金点强)

本周特色菜



开胃深海鱼头 新华楼提供
美食热线：8393000

食评：佳肴烹自琼宫宴
占尽风华色味尊



桂花炒蟹柳 东关阁提供
美食热线：8686865

食评：蛋烹蟹仁嫩鲜美
薄饼龙卷透底香



桂花炒鱼肚 龙湖山庄提供
美食热线：2698999

食评：玉色温润 软烂香绵

筷子的传说



中国人使用筷子，大约在三千多年以前。其实，在使用筷子之前，我们的祖先同样也经历了一个用手抓饭吃的过程。但热粥汤羹又

如何抓取得了呢？于是不得不随地折取一些草茎木棍来帮助。

筷子，可谓中国的国粹。它既轻巧又灵活，在世界各国的餐具中独树一帜，被西方人誉为“东方的文明”。我国使用筷子的历史可追溯到商代。《史记·微子世家》中有“纣始有象箸”的记载，纣为商代末期君主，以此推算，我国至少有三千多年的用筷历史了。先秦时期称筷子为“挟”，秦汉时期叫“箸”。古人十分讲究忌讳，因“箸”与“住”字谐音，“住”有停止之意，乃不吉利之语，所以就反其意而称之为“筷”。这就是筷子名称的由来。(刘平)

胡萝卜是蔬菜但别生吃

胡萝卜是好东西，几乎地球人都知道，可是如何“吃进肚子，化作营养”，就有很多人不太清楚了。生活中有一些关于吃胡萝卜的误区，让我们来看一看。

1. 蔬菜生吃，营养不会跑掉，所以胡萝卜也要生吃才有营养。

错。胡萝卜虽是蔬菜，但所含的类胡萝卜素为脂溶性的，与脂类结合才可以酶解，烹调中类胡萝卜素比较稳定，基础营养学表明，我国的炒菜方法可保存76%~94%。因此生吃胡萝卜，类胡萝卜素因没有脂肪而很难吸收，从而造成浪费。同样道理，溜肝尖、清炸鸡肝就比盐猪肝更有利于维生素A的吸收利用。

2. 吃维生素A过量会中毒，因此胡萝卜也不能一直吃。

错。过量摄入维生素A(鱼肝油、过冬的狗的肝脏)会出现中毒症状，

主要表现为厌食、过度激动、骨痛、肢体活动受限、头发稀疏、肝肿大、肌肉僵硬、皮肤瘙痒、头痛、头晕，成人长期每天服用大于15000微克视黄醇当量，即可中毒。但胡萝卜大量摄入后，除在皮肤脂肪积累使之呈黄色外(停用后即可消失)，尚未发现有其他毒性；相反，类胡萝卜素的抑癌作用比维生素A更受人们重视，因为还有抗氧化作用，常吃胡萝卜可以降低肺癌、胃癌、前列腺癌的发病率。

3. 凡是绿色蔬菜及红黄色蔬菜与水果中都有类胡萝卜素，都可以作为维生素A的来源。

错。的确它们都含有类胡萝卜素，但生物效用不一样，其中β-胡萝卜素最高，6微克相当于1微克维生素A，其他类胡萝卜素还不到它的一半，而玉米黄质、辣椒红素、番茄红素根本不能分解形成维生素A。(王锋)

·九阳电压力煲· 阿永下厨



凤凰炖奶

西餐的甜品是主菜后食用的，包括布丁、冰淇淋、奶酪、水果等。今天就是圣诞节了，那么就为大家介绍一道情侣餐中的甜品——凤凰炖奶，这道餐后甜品色泽金黄，香甜嫩滑，做法简单，就是将蛋黄、牛奶和白糖打散搅匀，放入锅内隔水清蒸而成。

材料：
鲜牛奶、鸡蛋黄、细砂糖。

制作过程：
1. 鸡蛋黄置入大碗内，加入2杯鲜牛奶和5汤匙细砂糖调匀。
2. 用打蛋器顺一个方向搅拌，直至细砂糖溶化。
3. 取两个空碗，细纱网放在碗上，倒入蛋奶液过滤，去除杂质，分别盖上一层保鲜膜备用。
4. 烧开锅内的水，放入蛋奶液，加盖以小火清蒸10分钟。
5. 蒸至炖奶表面凝固，轻敲无晃动感，取出撕去保鲜膜，即可上桌。



小贴士

要使炖奶表面光滑，口感嫩滑，应先盖上保鲜膜，下锅小火慢蒸，蒸的时间不宜过长，否则炖奶会蒸老。

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效能处理技术，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