



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

闹元宵 吃海鲜

渔人码头有礼送！

带来沿海餐饮风情
体验大都市海鲜品质

庆团圆，闹元宵，吃海鲜，看烟花，
赛花灯，观民俗，渔人码头为家乡父老
欢度元宵佳节助威！

从农历正月十三日到十五日三天
内，凡来海鲜美食城品尝海鲜美食的
客户，桌桌有神秘礼品相送，同时每天
针对前 10 名儿童客户也有神秘礼品
赠送。快快行动！！品美味，领大礼！！

团圆饭预订及美食热线：
海鲜城：8362555

(本广告解释权归渔人码头餐饮有限公司)

订台热线

淮阳龙湖南庄 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

神农庄园 13033921122

夏威夷生态园酒店 8201111

周口中州国际饭店 8519966

澳门豆捞 8685111

三川人家 8284999

干锅鸭头 6088999

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

刘家私房菜 8691288

欢迎刊登订台电话
联系电话：13592220015

元宵节前说元宵

每年农历的正月十五日，春节刚过，迎来的就是中国的传统节日——元宵节。

民间有过元宵节吃元宵的习俗。元宵由糯米制成，或实心，或带馅。馅有豆沙、白糖、山楂、各类果料等，食用时煮、煎、蒸、炸皆可。起初，人们把这种食物叫“浮圆子”，后来又叫“汤团”或“汤圆”，这些名称与“团圆”字音相近，取团圆之意，象征全家人团团圆圆，和睦幸福，人们也

以此怀念离别的亲人，寄托了对未来生活的美好愿望。

元宵在南北朝是浇上肉汁的米粥或豆粥，但这项食品主要用来祭祀，还谈不上是节日食品。

到了唐朝，郑望之的《膳夫录》才记载了：“汴中节食，上元油锤。”油锤的制法，据《太平广记》引《卢氏杂说》中一则“尚食令”的记载，类似于后代的炸元宵。唐朝的元宵节食是面蚕。王仁裕的《开元天宝遗事》记载：每岁上元都人造面蚕的习俗到宋代仍有遗留，只是应节食品较唐朝更为丰富。

及至南宋，就有所谓“乳糖圆子”出现，这应该就是汤圆的前身了。到了明朝，人们以“元宵”来称呼这种糯米团子。刘若愚的《酌中志》记载了元宵的做法：“其制法，用糯米细面，内用核桃仁、白糖、玫瑰为馅，洒水滚成，如核桃大，即江南所称汤圆也。”清康熙年间，御膳房特制的“八宝元宵”，是闻名朝野的美味。马思远则是当时北京城内制元宵的高手，他制作的滴粉元宵远近驰名。符曾的《上元竹枝词》云：“桂花香馅裹胡桃，江



五彩元宵

米如珠井水淘。见说马家滴粉好，试灯风里卖元宵。”诗中所述的，就是鼎鼎大名的马家元宵。

近千年来，元宵的制作日渐精致。光就面皮而言，就有江米面、高粱面、黄米面和苞谷面。馅料的内容更是甜咸荤素，应有尽有。制作的方法也南北各异，北方的元宵多用箩滚手摇的方法，南方的汤圆则多用手心揉团。元宵可以大似核桃，也有的小似黄豆。煮食的方法有带汤、炒吃、油余、蒸食等，不论有无馅料，都同样美味可口。目前，元宵已成了一种四时皆备的点心小吃，随时都可以来一碗以解馋。

(星辰)

全国各地汤圆做法大巡礼

元宵节是我国的传统节日，也是春节活动的一个高潮，过了元宵节，这年才算真正过完了。元宵节是一个“眼睛”的节日，但同时也是一个“嘴巴”的节日。赏灯之余，“吃”也是必不可少的。宋代已有元宵节家家吃汤圆的习俗，取其平安吉利，合家团圆之意。而现在，全国各地都有不少驰名的风味汤圆呢。还有几天，牛年元宵就到了，我们先来个汤圆巡礼吧！

品尝地：广东潮汕

做法：先将绿豆、红豆、糖冬瓜、芋头分别煮或蒸熟，去皮，加入白糖、芝麻、熟猪油等调味品制成四种甜馅料，将汤圆皮分别包入四种不同的馅心，做上记号。将四种汤圆放入加糖的水中煮熟，每碗装不同馅料的汤圆各一个，特点是软滑细腻，四种味道各异。

四式汤圆



品尝地：山东

做法：先将大红枣煮熟去核并捣成泥状，猪板油去膜用刀拍碎，两者加白细砂糖搓成馅心，和水磨糯米粉做成小汤圆，芝麻炒熟和白细砂糖研成细末成炒面，将煮熟的小汤圆在炒面中滚一圈即可，吃时油润绵软。

芝麻枣泥汤圆



品尝地：上海

做法：擂沙汤圆是上海著名小吃，以大红袍赤豆煮熟磨细，将带馅汤圆煮熟，外滚豆沙而成，其特点是形美色艳，豆香宜人。以前是先一只内壁带有菱形纹路的缸瓦土沙盆，再用一根质地坚硬的石榴木作为磨粉浆的“擂浆棍”，往沙盆中放入炒香的干豆，如花生、芝麻或黄豆，干磨出碎末粉状的“香沙”。最后，煮熟的汤圆在“香沙”里滚来滚去，于是黏黏的糯米丸子黏满了“香沙”，故名为擂沙汤圆。

擂沙汤圆



品尝地：湖南长沙

做法：长沙一家餐馆的著名风味小吃，已有 60 多年历史，由于早年经营这款食品的是姜氏二姐妹，故此得名，其制法是以糯米、大米磨浆，取粉制皮，用枣泥、白糖、桂花做馅。其色泽雪白，晶莹光亮，小巧玲珑，香甜美味。

姐妹汤圆



品尝地：贵州兴义

做法：在习惯了甜汤圆的人眼里，鸡肉汤圆是有些稀奇的。兴义的鸡肉汤圆以鸡肉为馅儿，内灌鸡汤，并附上花生酱。异常鲜美，别具特色！

鸡肉汤圆



·九阳电压力煲·

阿永下厨



花生猪手

花生生长于滋养补益，有助于延年益寿，所以民间又称“长生果”，并且和黄豆一样被誉为“植物肉”、“素中之荤”。花生的营养价值比粮食类高，可与鸡蛋、牛奶、肉类等一些动物性食物媲美。它含有大量的蛋白质和脂肪，特别是不饱和脂肪酸的含量很高，很适宜制成各种营养食品。猪蹄含有对皮肤有益的胶质，此菜除了味道可口外，还有美容养颜的作用。

原料：

猪脚、花生、姜、葱花。

调料：

酱油、料酒、盐适量。

做法：

①猪脚洗净切块，花生用凉水泡发。

②将猪蹄、花生放入九阳电压力煲内，加入适量的水，合上煲盖，控制器调至 90 分钟（或按蹄筋/豆按键），开始加压，待压力煲进入保温状态，泄压后即可。

③上桌之前，放些葱花。



小贴士

九阳电压力煲的最大特点是独创“营养释放三部曲”，使压力、温度、营养黄金结合，并通过无沸腾、无水烹饪等先进技术，配合独有的微电脑控制程序，及时调节压力与温度的升降状况，保证食物营养分子在加热过程中不破坏、不流失，达到完整保存营养分子的目的，而且独特的加热技术让食物的口感和美味双双保留，香浓熟烂。

九阳电压力煲独有十重安全保障，包括自动泄压、自动降温、过流安全等，并配有“九阳安全盾”专利控压技术，再也不会像传统压力锅那样让人提心吊胆了。十重保护，打造十足安全，让您安全放心使用。

另外九阳公司欢迎大家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

