



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

天天特价 天天一元

吃海鲜 来渔人码头！

带来沿海餐饮风情  
体验大都市海鲜品质

喜迎“三八”节，渔人码头海鲜城  
推出酬宾活动：每桌送养颜羹一份。

本周内，海鲜城还推出系列优惠活动：  
五位客人以上消费 48 元/一位的海参，送鱼一条；四位客人以上消费 58 元/一位的海参，送鱼一条；三位客人以上消费 68 元/一位的海参，送鱼一条；二位客人以上消费 88 元/一位的海参，送鱼一条；二位客人以上消费 128 元/一位的海参，送鱼一条。敬请品尝。

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

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

报名进行中，品菜拉开序幕，大众评菜团首站关注——

## 中州国际饭店“国宴烤羊排”

本报讯（记者 梁照曾）为了让消费者品尝到精美的佳肴，使餐饮单位创新的绝色佳肴及时和消费者见面，同时更推动周口餐饮业的繁荣与菜品多元化发展，本报于上个月中旬发起成立“大众品菜团”以来，可谓应者云集，各路品菜高手纷纷致电报名，目前报名的人数达到 60 多人，专家们正进行筛选，以确定最后人选。

目前，大众品菜团的报名仍在进行中，欢迎有志之士与餐饮业商家加盟活动。作为活动的召集方、筹办者，让我们感到欣喜的是，本次“大众品菜团”活动不仅得到周口市营养师协会等的大力支持，如周口市营养师协会理事长连勇先生，周

口市营养师协会秘书长牛刚先生等专家也亲自报名参与，而且很多餐饮单位的大厨也纷纷加盟，为品菜活动助威，使得“大众品菜团”的品菜实力很强、鉴赏水准很高。对于社会各界的支持，本报在此表示感谢！

尽管大众品菜团的报名仍在进行中，但是根据餐饮单位的报名与邀请，我们的大众品菜活动开始启动，首站关注的是周口中州国际饭店推出的绝品佳肴“国宴烤羊排”。位于文昌路中段市委党校内的周口中州国际饭店，由市委党校、河南中州国际集团、周口中州国际饭店有限公司三方合作打造，占地 80 余亩，茂林修竹，环境清幽，是我市首家园林式会务接待型综合酒店，饭

店内部的中州君悦酒店秉承博大精深的中华餐饮文化，特聘广州名厨，主营醇正粤菜，魅力菜品丰富，如鲜活鲍参等大受消费者青睐，同时并在我市首家推出河豚宴、鳄鱼宴等高档名饕。酒店沿袭中华民族传统的烹饪理念、诠释现代餐饮文化风尚，倾力打造出一个尊贵、儒雅、健康的餐饮圣殿。周口中州国际饭店订房热线：8519999；订餐热线：8519966。

本馆欢迎广大餐饮企业加盟品菜活动，凡新开张的特色饭店、研制出新菜品的饭店均可报名，并诚邀活动总冠名合作伙伴，大众品菜团报名电话：13592220015，E-mail: zkrblzz@126.com。

## 馕 唐僧的干粮

馕被称为“新疆第一吃”，新疆人离不开馕，一壶奶茶，几块馕，是每天都要享用的美食。馕其实已有 2000 多年的历史，传说当年唐僧取经穿越沙漠戈壁时，身边带的便是馕，帮助

他走完充满艰辛的旅途。

之所以从古时候起就这么被看重，主要是因为馕含水量少，久储不坏，便于携带，适宜于新疆干燥的气候；加之烤馕制作精细，用料讲究，吃

起来香酥可口，而且馕的碳水化合物含量丰富，能迅速提供能量。所以新疆人对馕情有独钟，出门总爱随身带上几个。

做馕要有专门的馕坑，新疆维吾尔族农家，家家户户门口都有馕坑。用炭火把馕坑烧热，把压好的面饼贴在坑壁上，几分钟就烤熟了。面饼做法跟汉族烤烧饼相似。添加羊油的为油馕；用羊肉丁、孜然粉、胡椒粉、洋葱末等佐料拌馅烤制的为肉馕；将芝麻与葡萄汁搅拌均匀烤制的叫芝麻馕。馕的品种大约有 50 多种。

馕大都呈圆形且大小不等，最大的馕直径足有 40—50 厘米，要 1—2 公斤面粉，被称为馕中之王。最小的馕和一般的茶杯口那么大，厚约 1 厘米多，是做工最精细的一种小馕。不论是哪种馕，由于压制工艺的原因，都比较结实，所以一次不要吃太多，吃时搭配蔬菜更为合适。

(李莉)

### 每周一菜



龙井虾仁 中州国际饭店提供  
美食热线：8519966

食评：咸鲜 嫩滑 老少皆宜



奶汤娃娃老豆腐 新华楼提供  
美食热线：8393000

食评：清淡爽口 入胃香绵



串烧大白鲢 夏威夷生态酒店提供

美食热线：8201111

食评：烹烧重火候 鲢肴味更靓



神农庄园烤全羊 零费用加盟  
电话：13223940000



爽口嫩鱼糕 龙湖山庄提供

美食热线：2698999

食评：清香滑嫩 鲜美养颜

## 大众品菜团招募启事

为推动我市餐饮业繁荣、促进菜品风格的多元化，同时为广大居民提供各饭店新菜品资讯，本报决定成立大众品菜团，开展组团品菜活动。本报以新闻报道支持，通过媒体、社会、饭店的互动性，为餐饮业发展造势。现特向社会招募品菜高手百名，条件如下：1.身体健康。2.经常下厨，至少能烹饪一道好吃且有特色的菜肴。3.尽管不常下厨，但

是对菜肴有很强的鉴赏能力。4.有走南闯北丰富阅历，对各地餐饮熟悉。

本招募活动不收任何费用，名额有限，欢迎社会各界人士报名，报名以 E-mail (电子邮件)形式进行。报名者需写明自己的名字、年龄、电话、家庭住址、工作单位、履历，另写 200 字的菜品鉴赏感言。届时本报将组织专家进行筛选，以确定人选。招募结果将以短信回复。

另外，本报欢迎各餐

饮企业参加品菜活动，凡新开张的饭店、推出新菜的饭店均可报名。本报还诚邀本活动的总冠名合作伙伴，欢迎餐饮企业、酒饮商等报名。

咨询、报名电话：

13592220015

地址：zkrblzz@126.

com

或 liangzhaozeng@126.com

周口日报财经部

2009 年 2 月 23 日

·九阳电压力煲·

阿永下厨



### 红焖羊肉

做红焖羊肉，火候、辅料、配料、吃法，哪一种都有说道。有美食专家总结红焖羊肉是“上口筋，筋而酥，酥而烂，一口吃到爽”。红焖羊肉以肉嫩、味鲜、汤醇受到人们的钟爱，今天就介绍一下用电压力煲做出的这道菜究竟会是什么味道。

原料：

羊肉、蒜、酱油、料酒、味精、鸡精粉、花生油。

制方法：

①将羊肉切成块洗净，加入蒜、酱油、盐、料酒、味精、花生油拌匀。

②将拌好的羊肉块放入九阳电压力煲内，接通电源，控制器调至 50 分钟（或按肉/鸡键）开始加压。

③保温灯亮时便可切断电源，泄压后，即可开盖食用。

在做这道菜时，不需要加水，味道更香浓可口。



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



九阳电压力煲  
炖鸡炖肉不加水