

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

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

在“五一”节即将来临之际，渔人码头全体员工向全市的劳动者致敬！从即日起到五一期间，为就餐顾客每人免费送一位**养生刺参鱼丸盅**。

春季，人体对蛋白质、维生素摄入不足，使肌体环境偏酸，造成春困现象。为此，渔人码头特新推出**野生全鱼宴、滋补提神汤**，有助调养精力，驱除春困，欢迎品尝！

海鲜城美食热线：8362555
小海鲜美食热线:8396777
(本广告解释权归渔人码头餐饮有限公司)

订台热线

周口邢氏海参馆 8100666
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

话说豆腐

孙中山先生提倡多吃豆腐，甚至将它写进《建国大纲》里。历代许多文人雅士也撰写过不少有关豆腐的文章。清代才子袁枚，是一位康乾盛世的美食家，在他那影响至今的《随园食单》里，记叙了一款“蒋侍郎豆腐”：“豆腐两面去皮，每块切成十六片，晾干，用猪油熬，清烟起时下豆腐，略撒盐花一撮，翻身，用好甜酒一茶杯，大虾米一百二十个；如无大虾米，用小虾米三百个；先将虾米滚泡一个时辰，秋油一小杯，再滚一回，加糖一提，再滚一回，用细葱半寸许长，一百二十段，缓缓起锅。”

在《寒夜客来》与《肚大能容》等近现代著作中也论述到此菜。它是一道用豆腐去皮切片，用猪油煎香，加甜酒、大虾米一起烹煮的美味。此菜曾在香港锦记酒家演绎，他们采用上乘的安南大虾米，经过酒糟的腌制，与豆腐共烹，堪称铺

记精心研制的一道古典菜肴。

陆游称豆腐为“黎祁”，元代的诗人虞集则称之为“来其”，其实都类似于四川方言对豆腐的称呼。豆腐以鲜嫩柔滑、豆味香浓较受欢迎，它可烹制出不计其数的佳肴。而在众多的豆腐菜式当中，川菜“麻婆豆腐”最为脍炙人口。麻婆豆腐的创始人是陈麻婆，发源地在成都北门外的万福桥头，当时的老店是间铺子、方桌长板凳，颇为简陋，但其出品却留给人们无尽的回味。陈氏老妇脸上有一些麻子，时人借此名之。她所做的豆腐，选料精细，讲究配搭，采用黄牛肉烹煮，食味口感达到嫩、滑、麻、香、辣，所以一举成名天下。笔者有次在成都与川菜老师傅聊到此菜，得知炮制此豆腐时，挂芡也要三次，才可达成上佳的效果。

有人说豆腐能解酒，是因为豆腐里的大豆蛋白及维生素有分解酒精的作用。古时有个偏方，是用切薄片的豆腐贴在醉汉的身上，此举能缓解酒后的“醉状”。这条偏方到底行不行，试过便知。不过，这偏方可能是夏天用的，把去皮豆腐贴在浑身发烫的醉汉身上，冰凉的豆腐可以吸去人体的热气，肯定舒服。（庄臣）

唐代的“自来酒”

古人饮酒，常出许多新奇的花样。在唐代，宫廷中开始有了“自来酒”，美酒可以通过管道源源不断地畅涌到筵宴上，流到酒客的杯子里，就像我们当今使用自来水一样便利。唐太宗李世民就曾两次用这自来美酒招待北方少数部族，场面非常壮观。第一次是在贞观三年（629 年），为招待“献方物”的回纥使臣。当时唐太宗坐在宝殿中，殿前临时建起一个高站台，台上放着大银瓶，自左埋有地下管道，美酒通过管道直通台下，往上涌入高站的银瓶中。银瓶下有管道引出，将美酒转注饮者杯中。赴酒宴的游牧部落使团有数千之众，他们敞开痛饮，结果还剩下半的酒没饮完。这次自来酒会是一次成功的尝试，效果不错。10 多年后，唐太宗兴致勃勃地又举办了第二次自来酒会，那是贞观 21 年（647 年），唐太宗在天成殿宴请归附的北方游牧部落首领，也是设高站于殿前，置银瓶于站上，自左阁内“潜流”酒泉通于站脚而涌至殿前瓶中，与宴者也是数千人，酒也只饮下了一半。这次酒会的规模与上一次相当，只不知是不是在同一场所。

唐代不仅御宴上有自来酒，有些皇亲国戚也有用这个法子举办酒会的，这在当时一定被认为是渲染气氛的一个好方式。杨贵妃的姐姐虢国夫人，穷极奢侈，她也举办过自来酒会，只是排场不如皇上的大，设计也有些区别。她命人在房梁上悬鹿肠于半空，开宴时派专人从屋上注酒于鹿肠中，饮者由鹿肠注酒于杯中。她还为这个自来酒机关取有一个雅名，叫做“洞天圣酒将军”，又称之为“洞天瓶”。

（白雪）

枸杞四季皆宜

枸杞是一种已经走入千家万户的保健食品，《本草纲目》中说枸杞子能够“久服坚筋骨，轻身不老，耐寒暑。”现代营养分析表明，枸杞子含有甜菜碱、胡萝卜素、多种不饱和脂肪酸、氨基酸、多种维生素等。甜菜碱可抑制脂肪在肝内沉积，防止肝硬化，对保护正常肝细胞有作用。

春天，枸杞味甘平补，可单独服用，也可与黄芪煮水喝。夏日炎炎，枸杞子配伍菊花、金银花、绿茶等，可消解疲乏。秋季吃枸杞子需

要配滋润食品，比如雪梨、川贝、百合等。当然，也可以配用一些酸味食品，如山楂等，以达“酸甘化阴”之效。进入冬季，枸杞子能够平补阳气，宜与桂圆、山药等搭配煮粥，也可配羊肉入菜，有御寒之效。

枸杞保存宜干燥、通风，忌高温、虫蛀。用硫磺过度熏制可使枸杞子鲜亮，外观鲜红，选购时应注意不可单纯注重外表。一般应以少量长期服用为佳，不可顿服过量。用于保健的药膳配方如下：

滋补肝肾方 用于因肝肾阴虚引起的眩晕、眼花、关节屈伸不利、烦热、盗汗等。枸杞子 30 克，冬虫夏草 10 克，百合 50 克，文火慢煮约 20 分钟，加入猪肝或羊肝 500 克及调料适量，再煮约 30 分钟，分次吃肝喝汤。

养肝明目方 适用于因肝血不足引起的双目干涩、视物不清、头晕眼花、视力疲劳等。枸杞子 100 克，女贞子 100 克，杭菊花 50 克，焙干，共研细末或装入胶囊，每日两次，每次服 10 克。

（李佩文）

本周一菜

（本栏为餐饮酒店推出的每周特色菜都是消费者叫好的菜品。本报欢迎餐饮酒店加盟展示，有意者请与本报联系。）
电话:8890015



豉油蒜茸虾 龙湖山庄提供
美食热线:2698999
食评:蒜茸烹佳肴 幽香出上品



烧汁酿鱿鱼筒 中州国际饭店提供
美食热线:8519966
食评:外脆里嫩、口感鲜美



香辣盘龙鳝 东云阁提供
美食热线: 8686865
食评:麻辣透香 周口一绝



回锅杭椒圣子皇 夏威夷生态酒店提供
美食热线:8201111
食评:香辣清醇 海味十足



神农庄园烤全羊 零费用加盟
电话:13223940000

·九阳电压力煲· 阿永下厨



参须炖鸡汤

枸杞子可是个好东西，《本草纲目》说了，枸杞子能够“久服坚筋骨，轻身不老，耐寒暑”。那么，掺有枸杞子的参须鸡汤营养怎样呢？按下面的做法尝试一下吧！

原料：

全鸡、参须、枸杞子、红枣、料酒、盐各适量。

制作方法：

①全鸡去毛洗净，表面均划数刀，红枣、参须、枸杞子洗净备用。

②将上述配料填入鸡腹中，放入九阳电压力煲中，加入料酒，再加水淹过全鸡。

③控制器调至 60 分钟（或按粥/汤按键），即开始加压。

④待电压力煲进入保温、泄压后，打开盖加入适量的盐便可食用。

⑤参须鸡汤有养心安神、增加体力、舒缓情绪压力的作用。



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。

本栏目由“九阳股份有限公司”冠名赞助
热线电话：8230822 823970 88230922



九阳电压力煲 炖鸡炖肉不加水