

婚宴如何选用葡萄酒

随着年末的临近，走进婚姻殿堂的人也随之增多。而现今婚礼宴客时，众多新人在选择白酒的同时，很多还会配上一定数量的葡萄酒，这不仅提高了婚宴的档次，也给婚礼带来了别样的浪漫。

但是，并非每一款葡萄酒都能在婚宴上展露光芒成为大家的谈资，也不是每一款葡萄酒都能加入婚礼中释放浪漫。如何挑选葡萄酒同选择终身伴侣一样，“适合”才是关键所在，知名、昂贵绝非葡萄酒加入婚宴俱乐部的绝对标准，婚宴葡萄酒在色、香、味上都应有自己独特的“气质”。

闻其香——果香弥漫

在选择婚宴葡萄酒的阶段，不妨先开一瓶葡萄酒，让其蓄满杯底，以晃酒的方式嗅闻酒味。因为晃酒会使酒中的酯、醚和乙醛释放而出，同时也能让氧气进入酒中，这样红葡萄酒便会自然散发出一种醉人的芬芳。与“闻香识爱人”道理相同，选择婚宴用酒时也讲求气味相投、情趣互通，其难度不亚于找寻终身伴侣，所以“晃酒闻香”的程序不能跳过，酒的香气应与整场婚礼的风格相契合。

观其色——澄清透红

葡萄酒能进入新人们的眼界，成为婚宴主流，离不开它天赋的夺目色彩，纯正红艳的酒液符合国人对“红火”、“吉祥”的追求。相比透亮的白酒，红葡萄酒能带给一场婚礼更多的喜庆感。每一种“红”都能讲述一瓶红酒背后的故事和年份的秘密。因此每位聪明新娘在选择婚宴餐桌上的葡萄酒时，千万不要忘记“观色”这一重要步骤。



品其味——甘醇宜人

葡萄酒中能够检测到的各类物质成分超过千种，这些成分之间的相互组合与彼此消长，形成了葡萄酒的风味基础和口感层次。比如酸能增强单宁的涩感，咸能削弱糖的甜感，所以品味红葡萄酒不能讲求一饮而尽的潇洒，而要追求

慢饮细品的那种惬意。

但拥有优秀口感的红葡萄酒不一定能成为一款优质的婚宴葡萄酒，毕竟婚礼宴会上来宾甚众，“众口难调”的大前提下，让酒味趋于“大众”是必要的，所以在选择葡萄酒时不要单纯以口感论英雄，或是过分强调个性化的口味。

(王祥易)

爱喝酒的朋友们看过来—— 酒后保健 教你七招

年关临近，大大小小的宴席和聚会难以避免，很多人尤其是男士常常无法抵挡美酒的诱惑和亲朋好友的热情。出于安全考虑，喝酒可以不开车，可身体是自己的，因此很多朋友很为自己的健康担心。那么，喝酒时应该注意哪些问题？酒后如何保健才能把对身体的损害程度降到最低？有关健康专家给出了 7 条妙招，或许能帮助饮酒者减少醉酒和酒精伤身的情况。

尽量按理论速度饮酒

放慢自己的饮酒速度，即不超过肝脏处理能力 的饮酒速度。肝脏分解酒精的速度是每小时约 10 毫升，酒中所含的纯酒精(乙醇)的量，可以通过酒瓶标签上标示的度数计算出来。举个例子，酒精度数为 16%的 250 毫升酒，用 250 毫升×0.16=40 毫升，那么酒精的量就是 40 毫升，如果一个人花 4 个小时喝完，那么平均每小时摄入的酒精量是 10 毫升，刚刚符合肝脏的处理速度。按照这一速度喝酒，能最大限度地降低肝脏的负担。

多喝白开水或者是清水

为体内补充水分，恢复体内水分平衡。酒精有改变肌体细胞内外水分平衡的作用。通常体内水分的 2/3 都在细胞内，但是酒精增加后，细胞内的水分会移动到血管中，所以虽然整个身体的水分不变，但因细胞内的水分减少了，也会觉得干渴。酒后想喝水就是这个道理。不论是哪种原因，充分摄入水分都是没错的。“醒酒水”自古以来就是缓解酒后不适的方法之一。在满满的一杯水中混入三小撮盐并一口喝下去，会刺激胃使食物易吐出。

喝蜂蜜

蜂蜜能帮助分解酒精。蜂蜜富含果糖、葡萄糖和维生素 C，古时即被用作防止醉酒和消除宿醉的有效食品。尤其是蜂蜜中的葡萄糖有利于直接被人吸收，可以分解酒精。

吃富含蛋白质的食物

减轻肝脏负担。蛋白质和脂肪在胃内停留的时间最长，所以最适合作为下酒菜。为避免摄入过多高蛋白质食物导致发胖，最好选择鱼贝、瘦肉、鸡肉、豆制品、蛋、奶酪等。含有优质蛋白质的牛奶和奶酪等乳制品、鸡蛋、豆腐、扇

贝，以及用这些食物制成的汤，对肝脏功能有益，且不会对胃造成负担。有人喝酒后喜欢吃口味重的食物，如油分多的拉面，这些食物会给胃肠带来负担，延长醉酒的不适感。因此，应选择水果、加蜂蜜的牛奶、酸奶、鸡蛋等易消化且能提高肝脏功能的食品。

饮用运动型饮料和果汁也有效

过量饮酒的第二天早上醒来，嗓子常常感觉很干渴，此时体内残留有酒精和有害物质乙醛，应想办法尽早将其排出体外。含无机盐和糖分的饮料，除了有水分补给作用之外，还有消除体内酒精的作用。运动型饮料和果汁效果就很好，特别是运动型饮料，其成分构成接近人的体液，易被人体吸收，不仅对宿醉有效，饮酒时如果一起喝，也可防止醉得太厉害。此外，含有茶多酚和维生素 C 的茶，或者用柠檬和蜂蜜做成的蜜汁柠檬水，对于宿醉也很有效。需注意的是，不管哪一种饮料，如果太冰凉，有效成分都不易被吸收，所以应喝常温或温热的。

多食贝类

强化肝脏的解毒作用。以蜆贝为例，它的营养成分中，蛋白质的含量可以与鸡蛋相提并论。而且，由于含有均衡的必需氨基酸，不会对肝脏造成负担，能够促使肝脏恢复功能。贝类食物通常含有丰富的维生素 B12、牛磺酸和糖原；维生素 B12 和糖原对于促进肝脏的功能也发挥着重要作用；而氨基酸中的牛磺酸与胆汁酸结合后，可以起到解毒作用。

喝芦荟汁

降低血液乙醛浓度。芦荟带刺的绿色部分和其内部的胶质中含有多糖体、糖蛋白等物质，能降低酒精分解后产生的有害物质乙醛在血液中的浓度。因此，在饮酒之前，如果喝些芦荟汁，对预防酒后头痛和恶心、脸红等症 状很有效。此外，芦荟中的苦味成分芦荟素有健胃作用，可治疗宿醉引起的反胃和恶心等。

(大河)

好酒配烧鸡

常言道“好马配好鞍”，如果把酒比做好马，那这要配的好鞍，无疑就是道口烧鸡了。一次道口之行，让我结识了道口烧鸡，道口烧鸡也从此成为我宴请朋友一道必备的下酒菜。

那年春天，我应朋友之约来到百年古镇河南安阳道口。走在古老而现代的街道上，老远就被一阵奇异的香味所吸引。朋友告诉我，这就是道口烧鸡的香味。在临街的一家饭馆，我和朋友相对而坐。桌上，一瓶杜康，一只道口烧鸡。烧鸡形如元宝，色泽鲜艳，尚未张口，早已垂涎三尺。

道口毗邻卫河，风从河面上吹来，一股春的气息。道口烧鸡起源于清顺治年间，以鲜活柴鸡配以多种名贵中草药，辅之陈年老汤，经严格工序精心加工而成。我和朋友举杯共饮，一杯酒，一口烧鸡；一口烧鸡，一杯酒，在酒的醇香和烧鸡的芳香中，享受着美好的时光。

曹操有诗云：“何以解忧？唯有杜康。”我要说：“何以快乐？唯有烧鸡。”当然，这里所指的烧鸡是道口烧鸡。春风荡漾，心清闻妙香。很快，一只烧鸡已尽入口中。朋友还想再来一只，我说：“好东西不可一次吃个够，留待下次再品尝。”酒尚有少许，有酒无下酒菜，不是办法。盘中还有两根鸡腿骨头，于是，我和朋友一人拿起一根，一面嚼，一面把剩余的酒打扫干净。要知道，道口烧鸡不仅肉吃起来香，骨头嚼起来也香，而且越嚼越香，这也是道口烧鸡的独特之处。用一句成语来形容的话，那就是“表里如一”。

这次道口之行让我结识了道口烧鸡，道口烧鸡也从此成为我宴请朋友一道必备的下酒菜。前不久，朋友来郑，我在烧鸡店购得两只道口烧鸡，回到家中打开珍藏的酒，与朋友再次举杯共饮，又一次陶醉在这人间美味当中。这一次，我和朋友都醉了。我吟道：“金风玉露一相逢，便胜却人间无数。”朋友说：“你错了！应该是‘好酒烧鸡一相逢，便胜却人间无数’。”

我和朋友都笑了。（马佩红）

征文启事

为引导读者建立正确的酒类消费观念，本报举行“我与酒的故事”有奖征文，欢迎读者朋友将生活中遇到的有趣的酒故事、健康饮酒的心得体会、酒类消费与酒文化、与酒有关的轶事窘事等，付诸笔端，与大家分享。

1.征文内容及体裁：

几个人亲身经历的与酒有关的事与情，无论大小，皆可提笔为文，发给我们。字数在 800 字以内，散文、诗歌、杂文、故事均可。

2.征文方式：

电子文档请发送至电子邮箱：zkrb2578@126.com，来信请寄：周口日报社酒水餐饮部 付永奇收。咨询电话：8599376

3.征文评选：

本报对来稿进行评定并择优在报纸上予以发表，凡文章见报作者及优秀作品作者均可持报社发放的奖品卡到万姓缘领取价值 100 元酒品一提。领奖电话：13838638696

“我与酒的故事”征文
由河南万姓缘酒业协办
万姓缘酒业地址：周口市大庆北路
电话：8588999