

# 东云阁大酒店倡“节俭之风”

率先推出每位35元标准餐

□记者 梁照曾

**本报讯** 奢俭由己，客户需自律，但是酒店着手从餐饮消费标准设计倡导“节俭之风”，将直接推动餐饮消费的风气转变。近日，作为周口餐饮界颇有影响力的东云阁大酒店响应政府倡议，在餐饮界率先提倡节俭，并付诸行动，对于推动百姓消费走向节俭具有重要意义。

作为周口餐饮界的“常青树”和特色品牌企业——东云阁大酒店，从十多年前立店，就极力倡导节俭，并将节俭作为企业文化的一部分，不仅要求员工和管理层践行节俭，而且在美食的制作中，力求用料讲究而不浪费，研制

出很多受消费者青睐的美食而形成的“节俭之风”也同样受到消费者赞誉。此次，在中央和地方政府倡导“节俭之风”之际，东云阁大酒店更是率先垂范，响应政府号召，在周口餐饮界首家推出每位35元标准的餐饮消费活动，让消费者体验“节俭之风”下的美食风情。

据东云阁大酒店掌门人吴冬梅介绍，酒店推出如此消费活动，将一如既往地保持菜品和服务风格，保持“三不变”，菜品质量不变、菜品特色不变、菜品的多元化不变，酒店已经对菜品的搭配组合进行了精心设计，让消费者舒心地体验到东云阁大酒店传统的美食佳肴。

目前，东云阁大酒店依然保持着自己的风格，即走“吸收南北各派系佳肴的独特之处，研制自己风格的美食”路子。此前，其推出的谭家官府菜、新豫菜等颇受消费者喜爱，其中盘龙鳝、神仙鸡等名吃，风味独特，很受消费追捧，成为周口餐饮界经典的佳肴，尽管被同行“复制”，但是难以撼动其地位。

另据了解，东云阁大酒店为了让社会更多地体验其美食，经营思路在近年也做出调整，除接待企业、涉外旅游等大型招待外，还接待婚庆、生子等大型宴席活动。

春天阳气渐渐升腾，自然界万物萌动，生机勃勃。温暖的气候影响着一切生物，人们也应该根据这一时令的特点进行饮食的调整。春季饮食应清淡一些，多吃蔬菜和一些食用菌，可补充人体维生素，增强免疫力。



本栏目记者：杨华丽  
联系电话：15138290269

本栏目由周口市酒店餐饮协会和本报主办  
欢迎企业赞助协办

## 橄榄油青瓜虾仁



本期请到的是来自九弟生蚝的陈列老师。陈列，以橄榄油制作菜品为拿手，曾在周口市“第三届烹饪技能大赛”中以“橄榄油生蚝”荣获二等奖。代表作：橄榄油生蚝、橄榄油青瓜虾仁、湛江猪肚鸡。

菜名：橄榄油青瓜虾仁

主料：黄瓜3根、净虾仁100克。

配料：红椒1个（切片备用）、葱、姜少许、蛋清1个、淀粉少许。

调料：盐、白糖（可根据个人口味）、橄榄油15克。

制作流程：1. 黄瓜去皮后，切成四瓣，去除瓤

芯。

2. 把去瓤的黄瓜切成菱形块儿，放少许盐腌5分钟。

3. 净虾仁洗净，加少许盐、蛋清抓匀，后加淀粉，再抓匀。

4. 净锅上火加入清水1000克，烧开后，下入虾仁，氽至九成熟捞出备用。

5. 下入黄瓜烧至微开，快速倒出，用清水冲凉。

6. 净锅上火，加入橄榄油烧至四成热后，放入葱、姜，炒出香味儿，放入黄瓜、虾仁、红椒片，加盐、白糖，小火炒匀，入味即可。

7. 出锅装盘。

口味标准：鲜美清淡，脆爽可口。

制作要诀：将黄瓜放少许盐腌5分钟，可使黄瓜清脆爽口，避免炒时黄瓜变软。

大厨推荐：补肾温阳、益精通络的虾仁，配以清热解渴、除湿利水的黄瓜，清淡爽口，易于消化，老幼皆宜。不热不燥，更适用于形体肥胖、体质虚湿者食用。

小贴士：

虾忌与某些水果同吃。虾含有比较丰富的蛋白质和钙等营养物质，如果把它们与含有鞣酸的水果，如葡萄、石榴、山楂、柿子等同食，不仅会降低蛋白质的营养价值，而且鞣酸和钙离子结合形成不溶性结合物刺激肠胃，引起人体不适，出现呕吐、头晕、恶心和腹痛腹泻等症。海鲜与这些水果同吃至少应间隔2小时。

## ○最美味下酒菜○

### 徽香·酒醇·友情深

有一次，我到同学家玩，天晌了，同学说：“别走了，在我家喝杯酒吧。”同学知道我平时能喝二两，就拎了一瓶酒放到桌子上。草有上千万，粟有万万颗，同学拿什么做最美味的下酒菜呢？不会给我来盘红烧肉吧？可锅不动瓢不响；不会给我来碗大骨汤吧？可也是锅不动瓢不响。同学见我一脸的狐疑，说：“坐月子，吃徽子。今儿我用徽子做下酒菜，如何？”

徽子，我不陌生。我小时住在乡下，卖徽子的一天到晚在村里吆喝：“徽子喽！”那时穷，吃一回徽子实在是件奢侈的事。可是也有大快朵颐的时候。媳妇坐月子了，妈用小麦换了不少徽子。媳妇一顿吃不完，就下顿吃。今天吃不

完，就明天吃。一个月地里，吃得媳妇白白胖胖的。我下班回家，正赶上媳妇吃徽子，媳妇把碗朝我面前一推，说：“你吃吧。”媳妇离满月还有不少天，我有些不忍心。媳妇说：“我吃饱了。”媳妇就说妈泡的徽子很多，她常常吃不完，就送给别人吃。比如小弟吃过媳妇剩下的徽子，二妹也吃过媳妇剩下的徽子。我接过媳妇递过来的碗，吃一口，呀！又香又甜（里面放了白糖），我舌头都要咽到肚里了。

不要说我没出息，那时我家确实穷。人穷，难免会露出寒酸相。据说，大才子苏轼不走运了，流落到杭州，每天早上一闻到从邻居家飘出的徽子香味就睡不着觉。苏轼此前在京城没

吃过徽子，就想尝尝徽子是什么味儿。那家女主人不要苏轼的钱，也不要苏轼的粮来换，却让苏轼用他的诗来换徽子。

这时，同学把两把徽子放到一只盘子里，端到了桌子上。我看到深黄色的徽子顿时口舌生津，馋虫上来了。同学对我说：“你平时发了不少文章，今儿喝酒得赋诗一首。要不，你今天在我家只能饱眼福，不能饱口福。”我知道同学是跟我开玩笑，可是同学的话一落口，我就想起苏轼写给那邻居女主人的诗。我吟道：“纤手差来玉色匀，碧油煎出嫩黄深。夜来春睡知轻重，压扁佳人缠臂金。”诗是说年轻貌美的妇人做徽子的经过。同学听了，哈哈大笑，就命令我：“吃徽子！”我喝了一口酒，伸手拿起一撮徽子，咯嘣咯嘣吃起来，觉得徽香，酒醇，友情深。

那次我从同学家出来，一路笑眯眯地到了家。

（陆琴华）

名、联系方式及“最美味下酒菜”征文字样。

3. 本报对所有来稿进行评定，并择优在报纸上予以发表，凡文章见报，作者可获得由一德副食提供的礼品一份。

我最喜欢的下酒菜征文

菜？下酒菜的搭配技巧都有哪些？为了丰富大家的生活，本报特举办“我最喜欢的下酒菜”有奖征文活动。

1. 要求：征文体裁以散文、记叙文及随笔为主，原创，字数在

800字以内。

2. 投稿方式：发送电子邮件至zkwbzf@163.com，并注明姓

本栏目由周口一德副食（蓝带啤酒专卖）协办  
品鉴热线：15538612798

周口市民  
最喜爱的饭店  
订台热线

周口百春永和豆浆

一店：八一大道南路 8685666

二店：七一中路 8916666

三店：育新街东路 8260111

东云阁大酒店

周口店：周口迎宾大道 8686865

项城店：项城市青年路 4322836

北京酱骨头

地址：庆丰东路 8591888

加盟电话：13525702088

信阳私房菜

一店：文明南路 8363588

二店：汉阳南路 8395855

三店：汉阳中路 6191777

周口农家大院

地址：中州大道南段 8390277

峰基酒店

地址：七一东路峰基庄园东邻 8102999 8103999

中州君悦饭店

地址：文昌大道 8519966

信阳人家

地址：汉阳路 8238986

刘家老母鸡中式快餐

地址：人民路与大庆路交叉口 8226569

粤海城

地址：中州大道 8394980

粤海杂家菜

地址：汉阳中路 8238936 8236444

粤海美食广场

地址：七一中路 8275115 8275116

粤海如意坊

地址：莲花大道 8598566 8598599

上海世家

地址：大庆中路 8266642 8266742

老东乡开锅羊肉

地址：建安路（原光荣路）中段 8635678

越秀酒店

地址：七一中路 8223333 8233333

越秀商务酒店

地址：八一大道北路 8568333

皇家越秀

地址：周口大道 8819999 8853333

九弟生蚝城

地址：汉阳中路 6129878

鸿运大酒店

地址：五一路与交通路交叉口路南 8386166 6191266

味道江湖火锅

地址：汉阳路 8599777

锦绣江南酒店

地址：黄河东路 8318787

怡景田园休闲农庄

地址：市南开发区 15603941116

代驾电话：13803940018

槐店王婆大虾

地址：刘明路交通路交叉口向北 82米路东 电话：8539800

宋氏姐妹土豆粉

地址：五一路育新街交叉口

加盟电话：13033945018

小肥羊

地址：建安路中段（原光荣路）

电话：8781998

重庆刘一手火锅

地址：建安路中段（原光荣路）

电话：7979777

云南石锅鱼

地址：建安路中段（原光荣路）万果园隔壁

电话：8526888/13523109000

春香园食府

地址：七一路与文明路交叉口南 100米路东 8267683

重庆沱江鱼府

地址：建安路南段（原光荣路）路西 8271669 13323876526

欢迎更多饭店加盟本栏目

咨询电话：8599376