

将京味美食做到县城

北京酱骨头沈丘店隆重开业

□记者 梁照曾

本报讯 5月7日,北京酱骨头沈丘店隆重开业,这标志着周口市区庆丰路上的北京酱骨头总店开始在县城“开疆拓土”,对于县城的美食爱好者来说是一个好消息。

北京酱骨头沈丘店位于沈丘县城汽车站附近的繁华商圈,是周口总店的分店,菜品和管理保持一致,店面装修比周口总店还考究,以中式京味风格为主,体现饭店的总体风情。试营业期间,北京酱骨头沈丘店为每桌食客送特色“酱骨头”一份。

周口市区庆丰路上的北京酱骨头总店是周口美食圈以“酱味”美食为特色的饭店,曾被消费者评为“老百姓最喜爱的饭店”之一,其主打美食“酱骨头”、“炸酱面”是正宗的北京美食。“酱骨头”这道美食取猪脊骨、猪腿骨、猪排骨为主材,配上黄酱等数十种中药食材,经过多道工

序精心烹制而成,可谓百炼成精华,浓郁的酱香夹着肉味扑鼻而来,成为食客们的最爱。另一道招牌美食——“炸酱面”,是按地道的京味风格做成,细碎的五花肉经过厨师的烹制,酱香浓郁,泼到盖着清爽黄瓜丝的透亮面条上,食客用筷子搅一下拌均匀再吃,香鲜清爽,那真叫带劲儿。

北京酱骨头总店除这两道特色美食外,还结合周口人的口味,研制出不少特色佳肴,如“脆皮茄子”、“糟鱼”、“酱鸡子”等等,独家口味,以酱味为主调,浓淡各异,口感奇妙,很受食客欢迎。该店根据不同的季节,研制推出的时令小菜,也是秀色可餐、清爽非凡,备受食客喜爱。

北京酱骨头沈丘店的隆重开业,意味着北京酱骨头总店经过多年的力量蓄积,开始在县域开拓市场,这无疑为周口各县市的美食商圈带来多元的美食风格。



寻找周口美食

不出周口就能
坐在炕头品正宗东北菜

□记者 任富强

本报讯 “来,整两盅呗!”主人坐在炕上,用正宗的东北腔热情地招呼着客人,这是以东北生活环境为背景的电视剧里常见的场景。热心读者向本报记者推荐,周口市区汉阳路开了一家老东北木火铁锅熬鱼村,其菜品和服务完全展现出东北的饮食文化。记者5月11日上午探寻了老东北木火铁锅熬鱼村。

一进门,记者就被老东北木火铁锅熬鱼村的装修风格吸引了:木铁锅、东北土炕、自制高粱酒,墙上挂满了东北生活风情的挂画。当日上午,记者进入餐厅后,就闻到一股鱼香。食客掀开热气腾腾的锅盖,鱼香味更是沁人心脾,品尝一口野生鱼肉,鲜美自不必说,就连锅里的蔬菜都入了香味。再品鱼

汤,香味浓郁,味道奇美。据了解,该店的鱼主要选自东北的野生鱼,如乌苏里江大马哈鱼、松花江鲤鱼、松花江怀头鱼、花花湖青根鱼、老头鱼。该店的素菜有东北野生木耳、东北酸菜、野生黄蘑菇、干豆角等。

老东北木火铁锅熬鱼村的玉米贴饼也是一大特色,把专门从东北运来的玉米面搅成糊后,在炖菜的锅边上贴制而成,三五分钟即出一锅,出锅的玉米贴饼金灿灿、热腾腾,趁热咬一口,香甜酥软,十分可口。该店自酿的高粱酒系纯粮酿造,食客没事喝两口,就能找到东北饮食文化的感觉了。

这家东北饭馆是哈尔滨人偕眷来周口开设的,老板、厨师、服务员大都来自东北。有好这口的,可以来尝尝。

初夏:养生蔬菜受欢迎



图为一饭店大厨在烹制苦瓜。

□记者 付永奇 文/图

本报讯 初夏时节,气温骤然升高,很多人容易上火,易产生便秘、牙痛等症状。人们如何

应对上火带来的不适呢?美食营养专家建议,多食应季蔬菜就是个好选择。

怡景园餐饮店的孙经理表示,现在人越来越讲究健康,饮食由重口味向清淡口味转化。近

四五月份是洋槐开花的时节,一串串白色的花朵像一串串小铃铛挂在树上,放在嘴里嚼,还有一股甜味。从营养成分来看,洋槐花中含的碳水化合物和维生素比较多,并含有大量的酶,这是洋槐花味道甜美的原因。此外,洋槐花还含有大量的黄酮类物质,包括芸香甙、刺槐素、木犀草素、槲皮素等,具有抗炎、抗病毒、降低血管通透性、增加血管弹性的作用。槐花采摘后有很多种做法,以下几种做法简单易行,大家不妨试一试。

蒸槐花:把槐花洗净,加一些干面粉拌匀,蒸上几分钟就能吃了,可以直接吃,也可以拌蒜泥吃。

槐花芝麻饼:把洋槐花洗净沥水,切成碎末,和豆腐一起

放在盆内,加入葱末、姜末、盐A、鸡蛋、淀粉调成馅儿。将馅儿做成圆饼,粘上一层芝麻,用油炸或煎熟就可以吃了。洋槐花芝麻饼色泽金黄,口感鲜脆。

炒槐花菜:把槐花洗净、晾干,用少许油快速煸炒,加一点盐和醋,一盘清新悦目的炒槐花就好了。

槐花汤:把水烧开,放进洗干净的槐花,再放入调好的淀粉或面糊即可。

需要注意的是,槐花虽然美味,但在食用时也有一些禁忌。由于槐花比较甜,糖尿病患者最好不要多吃。蒸槐花不易消化,消化系统不好的人,尤其是中老年人不宜过量食用。同时,过敏性体质的人也应谨慎食用槐花。

(卢大平)

一个月来,他们种植的应季养生蔬菜很受欢迎。据介绍,初夏时节应季蔬菜主要有辣椒、洋葱、花椰菜、豌豆、芹菜、莴苣、芥菜、油菜、菠菜、香椿、春笋、马兰头、瓠瓜、韭菜等。不过,不同蔬菜食补作用不同。头晕头痛者可多吃点芥菜,芥菜味甘淡、性微寒,能清肝明目、凉血止血、清热利尿。需要补铁者可多食莴笋,莴笋含有多种维生素,铁含量较丰富,而韭菜富含糖、蛋白质、维生素A和维生素C、钙、磷以及挥发油等,最利阳气生发,还具有调味、杀菌的功效。

九弟烧烤店的大厨陈先生说,最近一段时间,苦瓜很受食客喜爱。该店服务员常常建议食客点苦瓜这道菜,因为苦瓜富含蛋白质、糖类、粗纤维、维生素C、胡萝卜素、维生素B1、维生素B2、尼克酸钙、磷、铁等成分,有解毒排毒、养颜美容的功效。此外,苦瓜中存有一种可抗癌的活性蛋白质,能够激发人体内免疫系统的防御功能,增加免疫细胞活性,清除体内有害物质。

食客郑先生也表示,常食大鱼大肉,易引起“三高”,多食清淡应季蔬菜有利于健康。

周口美食
人气榜

订台电话

荣华楼	8263895
春香园食府	8267683
九生蚝	6129878
周口人家	3758888
家味道民间菜馆	7808526
湘界	8528355
大美私坊火锅	7980888
千里洪家宴	8171678
小宋庄	8171818
亿红食府	8200222
怡景田园功夫面馆	8101116
北京酱骨头店	8591888
伏羲部落	7706789
老北京肥牛王	8225266
盛世宴宾楼	8911222
海珍舫豆捞	6172888
炙青春主题烧烤吧	8316789
外婆家印象	6062888
湘里人家	8171777
金汇假日酒店	8126666
锦绣花园	8373094
新华楼酒店	8373200
府源宾馆	8361818
要得香辣虾	8125555
宜轩食府	8909555
信阳私房菜	8395855
舒来喜鱼锅	8566555
帝诚渔港	8211888
邻里间	8529991
滨江国际酒店	8538666
大漠园糊辣鱼	8228777
焰拿山韩式烧烤料理	8279991
百年肥牛	8361968
穆二姐火锅	8866966
老渔翁烤全鱼	18736189157
山城老火锅	7877770
水木情缘京味涮锅	7976969
姆玛餐厅	7980777
茉莉餐厅	8968888
花千代	8390888
东海渔村	8233333
渔满舱川菜馆	6066816
渝信川菜	8369988
东云阁大酒店	8686865
百春永和	8685666
韩胖子食品总店	8261191
小码头家常菜馆	8363555
锦绣江南酒店	8318787
重庆青一色火锅	8267766
祥轩文化餐厅	8502888

现在周口最有名气的饭店是哪家?请拿出手机为你所喜欢的饭店投上一票,让你的选择登上我们的“周口美食人气榜”。让广大市民从千万选票缔造的排行榜中,发现今天周口餐饮市场的风向标。

短信格式:饭店名称(越具体越好)+投票理由(20字以内),发至13592221006。

“周口美食人气榜”每周一更新,欢迎您的关注。

欢迎特色餐饮店加盟
餐饮版电话:8599376
8599369