

# 周口烩面齐“会面” 你喜欢哪一面

□记者 任富强

本报讯 近日,本报以《新老式烩面融合发展 一碗面吃出地道周口味儿》为题,报道了周口烩面繁荣发展的景象,并对新老式烩面进一步解析。后经周口报业传媒集团酒水餐饮部微信平台“周口酒水”转发,引发社会各界强烈反响,读者纷纷点赞,也有建议、吐槽者。经读者和“微友”建议,本报将推出“你喜欢哪家周口烩面”、“哪家烩面能代表周口”系列市场调查活动。

周口烩面在河南各地市烩面中凸显自己的特色,周口人把这款北方人的美味做到炉火纯青,所以,地道周口人都爱这一口。来周口的外地人,如果不吃上一大碗周口烩面也是十分遗憾。

周口烩面汤美味鲜、面滑而筋。周口烩面也有以前的老式烩面独霸天下,发展到今天,老式烩面持续受热捧,新式烩面异军突起,出现了新老式烩面融合的局面。

我市烩面出现融合发展的良性姿态,周口老式烩面如陈年老酒一样散发着迷人的味道,好多以经营老式烩面为主的饭馆生意依然火爆,如丁记烩面、杨东老式烩面、全喜烩面等;新式烩面如雨后春笋般多起来,经营此类烩面的饭店也同样顾客盈门,如越秀烩面、周口人家、新粤面馆、双强烩面等。

根据市民和广大“微友”意见,为弘扬周口美食文化,传承我市优秀的烩面历史,周口报业传媒集团酒水餐饮部特组织本次“你喜欢哪家周口烩面”、“哪家烩面能代表周口”系列市

场调查活动。本次活动为公益活动,不收取任何费用,广大市民和“微友”可以关注近期本报《时尚消费》版和“周口酒水”微信公众号,积极参与推荐和投票,商家也可选择展示自己的形象。

经市民推介,本次活动共接到 30 多名市民推荐,有以下几家面馆首批上榜:越秀烩面、丁记烩面、新粤面馆、双强烩面、韩记烩面、杨东老式烩面、王记扶沟烩面、雅新园烩面、周口人家烩面、三义街老式烩面、茂元烩面、马老大烩面。欢迎市民推荐市民喜欢的烩面馆。

本次活动参与方式:一是电话和手机推荐:8599376,13592221006;二是扫描周口酒水二维码,加关注,参与投票。



俗话说“秋收冬藏”,谚语所讲并非仅仅是作物的收割问题,其实也阐述了人体器官随气候变化而呈现出的季节性吐纳特征。秋季气候干燥,人体容易被“秋燥”困扰,尽管没有夏天那么对水充满渴求,其实一不小心就处于“缺水”状态,因缺水诱发上火、感冒等情况。

秋天天气干燥,人们远离辛辣油腻刺激食品的同时,如果能每天补充一些具有保湿功效的水果,可从内而外抵抗干燥,有效让皮肤水水润润。笔者选了 12 种水果,吃了不仅滋补皮肤,还调理人体的内部机能。

## 秋季养生重滋补 12 种水果益处多

### 柿子——甜腻美味

眼下,正是柿子成熟的时节,柿子果味甘涩、性寒,入肺、脾、胃,清热润肺。其所含的维生素和糖分要高出一般水果一到两倍。柿子可以养肺护胃、清除燥火,经常食用能够补虚、止咳、利肠、除热。空腹食柿子易患胃柿石症,所以,最好饭后食用,尽量少食柿皮。

### 柑橘——秋季水果之王

柑橘类水果在秋天成为“水果之王”,除了气味清新,还能消除秋燥、提神醒脑。

### 荸荠——清热解毒

荸荠的最大功效就是清肺热和解毒。

### 猕猴桃——维 C 之王

猕猴桃含有丰富的维他命 C 和维他命 E,不仅能美白肌肤,还能提高肌肤的抗氧化能力,增强皮肤的抗衰老能力。另外,此果还含有血清促进素,可以帮助我们稳定情绪、镇静心情。丰富的膳食纤维能够促进心脏健康、帮助消化。

### 石榴——西域佳果

石榴本是西域特产,自汉代时传入中原。石榴味甘酸、涩温,能够有效地抗氧化,减少体内沉积的氧化胆固醇,延缓衰老,而且对于咽喉燥渴很有疗效。

### 葡萄——健脾养胃

葡萄健脾养胃,营养价值高,清甜的味道很让人喜欢。秋天的葡萄糖分含量高,但容易被人体吸收,适当食用,不会造成太大负担。

### 桃

子——  
补中  
益气

桃子补中益气、养阴生津,也是美容佳品。

### 香蕉——四季果

香蕉是美味的四季果,常吃香蕉,滋润肌肤,防止肌肤干燥。

### 梨——天然矿泉水

梨又被称作快果、玉乳,因鲜嫩多汁被称为“天然矿泉水”。

天然矿泉水。具有清热解毒、生津润燥、清心降火的作用。

用。对肺、支气管及上呼吸道有相当好的滋润功效,还可帮助消化、促进食欲,并有良好的解热利尿作用。每天吃上一到两个梨可有效缓解秋燥。

### 甘蔗——清肺热

甘蔗归肺、胃经,味甘而性凉的青皮甘蔗,是清肺热的最佳食品之一。甘蔗除了丰富的糖分和水分外,还含有大量对人体新陈代谢非常有益的维生素等物质。在南方,人们习惯用它来煲制各种糖水,清甜并带有花香味的汁水让秋天美好起来。

### 苹果——大夫第一药

苹果营养丰富,是一种广泛使用的天然美容水果。苹果中所含的大量水分和各种保湿因子对皮肤有保湿作用,维他命 C 能抑制皮肤中黑色素的沉着,常食苹果可淡化面部雀斑及黄褐斑。另外,苹果中所含的丰富果酸成分可以使毛孔通畅,有祛痘作用。

### 柚子——酸甜适中

柚子是一种典型的南方水果,酸甜中带有略微的苦涩,汁水丰富,含有大量的维生素 C。其所含的天然果胶能降低胆固醇的含量,并有助钙、铁的吸收,而且能够和胃化滞、生津解渴。

(记者 梁照曾)

## 周口美食 人气榜

订台电话

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
海珍筋豆捞	6172888
外婆家印象	6062888
湘里人家	8171777
炙青春主题烧烤吧	8516789
荣华楼	8263895
春香园食府	8267683
九弟生蚝	6129878
周口人家	3758888
家味道民间菜馆	7808526
湘家界	8528355
大美私坊火锅	7980888
千里洪家宴	8171678
小宋庄	8171818
亿红食府	8200222
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
怡景田园	15603941116
舒来喜鱼锅	8566555
帝诚渔港	8211888
邻里间	8529991
怡景园	8581116
滨江国际酒店	8538666
大清真糊辣鱼	8228777
焰拿山韩式烧烤料理	8279991
百年肥牛	8361968
穆二妞火锅	8866966
老渔翁烤鱼全鱼	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
东云阁大酒家	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