

生涮甲鱼：甲鱼美食新概念

□晚报记者 李伟

本报讯 甲鱼也可以像涮羊肉一样涮着吃,你听说过吗?现在,周口峰基酒店洞庭湖野生甲鱼系列就新鲜“出炉”了生涮甲鱼,开创了周口甲鱼美食新纪元。

峰基酒店是周口高端餐饮的新生代,东邻七一东路峰基庄园。酒店拥有十几个风格各异的雅间,欧式气息浓郁。菜品方面,鲍翅、甲鱼、刺参、养生、有机、绿色,尽显高端风采。

就生涮甲鱼的特点,记者昨日采访了这道美食的研制者——中国烹饪协会会员、国家烹饪技师、河南省烹饪协会特邀评委张中洲先生。现任峰基酒店行政总厨的张中洲从两个方面总结了生涮甲鱼的超群之处:一是营养,二是口感。

如今的高端美食,营养总是第一位的。张中洲说,生涮甲鱼的“锅底”是他本人用老鸡、水鸭、龙骨、老鸽、人参、西洋参、大枣、枸杞等十几种配料秘制的上汤,而待涮的甲鱼也在切块后用特殊配方制作,目的只有一个,提升甲鱼的营养价值!更绝的是秘制的“蘸料”,这种被张中洲随意称为“酱汁”的调味品不仅能有效去除甲鱼的腥味,还能挖掘甲鱼营养“潜力”!

口感的改善亦主要归功于这个神奇的“蘸料”,张中洲说,这种加入了蒜蓉丁的其貌不扬的“酱汁”能让甲鱼肉质更细腻、上汤入口更爽滑,从而达到营养和口感的完美结合。



真如总厨张先生所说这样吗?配方保密!张中洲笑笑不愿过多佐证,但他事前已做了充分准备,坚持让记者亲自品尝后再做评价。果真如此!不过还有一个特色他没说到,这道美食的最后还有特别制作的蔬菜汁面

条,绿意盎然的手擀面配上特制的辣椒圈调味汁,让人从感觉到味觉都再次受到一次强烈冲击,真乃难得美味!

峰基酒店订台电话:8102999
8103999

·九阳电压力煲·

阿永下厨



红烧芋儿鸡

秋冬季节,芋头当季,它营养丰富,熟食不仅有补益润燥、益胃宽肠、通便解毒的功效,还适合身体虚弱者食用,是秋补素食一宝。尤其与鸡块一同烧制后,还能吸收鸡肉的香味,滋味香浓,肥而不腻。

材料:

光鸡、小芋头、青花椒、干辣椒、八角、姜、油、生抽王、豆瓣酱、白糖。

制作过程:

- 1.光鸡洗净斩块,放入沸水中汆烫去血水和异味,捞起沥干水。
- 2.小芋头削去外皮,洗净切成滚刀块;干辣椒切成丁。
- 3.烧热2汤匙油,以小火炒香青花椒、干辣椒、八角和姜片,加入2汤匙豆瓣酱炒匀。
- 4.倒入鸡块开大火快炒至上色,倒入小芋头翻炒均匀。
- 5.加入2汤匙生抽王、1/2汤匙白糖和2杯清水炒匀煮沸,加盖以小火焖煮15分钟。
- 6.煮至芋头软熟,汤汁近干,即可起锅。



小贴士

繁忙的工作,快节奏的生活,怎样才能为家人方便快捷地提供营养的美味大餐?九阳电压力煲利用压力快烹饪技术,让您在最短的时间内烹制出多种营养美味,帮您实现营养快煮的愿望!

(1)压力快煮更省时。九阳电压力煲利用快煮技术,可以在较短时间内完成烹饪,为您节省宝贵的时间。

(2)全营养快释放。独创全营养快速技术,短时间内完全释放食物潜在的深层营养成分,营养获取更快速。

(3)好营养快吸收。压力速热循环立体热能处理技术,可迅速将食物释放出的营养成分转化为微小分子,更利于人体快速吸收。

另外九阳公司欢迎广大家庭主妇报名参加试菜活动。联系电话:8818193

本栏目由“九阳股份有限公司”冠名赞助 电话:8230822 8239708

炖鸡炖肉不加水

九阳电压力煲

布什总统钟情“家常菜”

布什已年过六旬,有媒体报道说他是60岁的年龄,30岁的心脏。除了运动带给布什健康的体魄外,饮食也是他保持健康的良方。而受到他钟情的美食很多都是“家常菜”。

■最爱啃玉米

玉米,是再普通不过的家常食品了,几年前布什总统一张大啃玉米的照片在网上广为流传。布什不仅自己喜欢吃玉米,在家宴上也用玉米招待客人。2007年8月11日,在迎接新任的法国总统尼古拉·萨科齐的家宴上,布什就用煮玉米款待了这位来自美食王国的首脑。



来,美国哥伦比亚广播公司(CBS)对这顿家常餐进行了报道:除了美国传统的汉堡包和热狗外,家宴美食就是煮玉米、烘豆、番茄沙拉和蓝莓馅饼。这顿饭其实就是我们家庭餐桌上的普通食品,但热狗和番茄的荤素搭配,玉米和汉堡的粗细搭配,很营养,很健康。

蓝莓含有丰富的蛋白质、维生素和锌、钙、铁、铜等微量元素,被誉为“世界水果之王”,也被国际粮农组织列为人类五大健康食品之一。蓝莓中的维生素A含量极高,多吃蓝莓能增强夜间视力,预防夜盲症,并能有效减轻用眼疲劳。

特别需要说明的一点是,布什请客的蓝莓馅饼不像我们做馅饼那样用油煎,而是把蓝莓果肉切碎加入面粉,再用烤箱烘焙至熟,这种做法原汁原味,也能减少脂肪的摄入。

当然,布什总统和他的父亲老布什一样,也非常喜欢吃北京烤鸭,奥运会期间,这道美味成了布什必不可少的佳肴。(丹若)

■最钟情芦笋

事实上,布什对芦笋的确情有独钟。今年5月,布什夫妇专门用“芦笋宴”招待北约秘书长夏侯雅伯及其夫人。6月,布什和夫人劳拉出访德国,在一次招待晚宴上品尝了德国芦笋。“劳拉和我爱死了那顿晚宴,德国芦笋真是太好吃了。”由此可以肯定,布什“30岁的心脏”少不了芦笋的功劳。

■宴请也吃“家常菜”

去年8月,新任法国总统尼古拉·萨科齐访问美国,布什举办家宴欢迎,而这一顿颇受关注的首脑级“宴请”就是一桌普通的家常菜。后

本周特色菜



大葱烧刺参 新华楼提供
美食热线:8393000
食评:香而不腻,绵滋补肾



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



山庄秘制烤鱼 龙湖山庄提供
美食热线:2698999 2698666
食评:火烤鲜湖鱼 香嫩世无双

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

订台热线

- 淮阳龙湖南庄 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
- 海底捞火锅城 8287888
- 总商会会馆 8681119
- 大别山风味城 8234957
- 品海楼酒店 6191999
- 信阳原生源 8395855
- 夏威夷生态园酒店 8201111
- 粤海美食广场 8275115
- 三川人家 8284999
- 千秋居 8103556
- 三星食府 8226357
- 信阳南湾鱼 8129308

欢迎刊登订台电话
联系电话:13592220015

“老渔人”店庆大酬宾

渔人码头为答谢新老客户的厚爱,在“小海鲜”三周岁、“海鲜城”一周年店庆之际,推出半月抽奖惠客活动,设立5个奖项。日日有大奖,抽完空奖。

- 奖项设置:
- 特等奖 价值500元套餐一桌(不含酒水)
 - 一等奖 蒜茸蒸龙虾仔一份
 - 二等奖 葱烧海参一份
 - 三等奖 辣炒海瓜子一份
 - 四等奖 蒜茸蒸扇贝一份

美食热线:8362555
8396777

(温馨提醒:本广告最终解释权归渔人码头)

Galanz 格兰仕 中国红 格兰仕

家庭旅馆的好帮手

我是做家庭旅馆的,每一位匆匆的过客在我的小店住过之后,都会感到我这个小店有家的感觉,而我的绝招就是格兰仕微波炉。恰恰是这样一个小不起眼的东西让我得到了顾客的认同,让我的小店与众不同生意也格外红火。

三年前的冬夜,一对母子来住宿。小孩子不停地吵闹要吃鱼,我用锅热,却给热糊了,于是寻思着买个微波炉。第二天,我和老公商量了一下买回来了格兰仕。它为上了年纪的老人热过中药,为不满周岁的婴儿热过牛奶,为年轻的伴侣爆过出爱的爆米花,我还用它做出许多精美的点心呢!它真的是为许许多多的人提供过

方便。

三年的时光让我的格兰仕微波炉的外观变了模样,可始终不变的就是格兰仕的品质,一千多个日日夜夜,几乎每天格兰仕都在任劳任怨地工作,很多小店的常客都会对它发出感慨:“你的格兰仕微波炉很经用呀!”他们感谢格兰仕微波炉给他们带来的方便。

在这里我本人也非常感谢格兰仕微波炉,因为正是有了它,让我的小店赢得了客户,现在格兰仕微波炉已经成为了我小店不可缺少的一部分,至此我也衷心希望格兰仕能做得更好,做得更出色,能为大家带来更加可口的食品美味。

温馨提示:
CCTV-2每天18:00播出《格兰仕3人餐桌》,有奖征集微波炉美味妙招,敬请关注!