

于文化中品酒,于酒中品味历史。酒局文化在中国各类文化历史上一一直占据着独特地位,直到今日,酒局文化也依然以其截然不同的魅力大放光彩。中国历史上就有著名的十大酒局令人称赞,或极尽文雅,或暗藏玄机,或尽显浪漫柔情。今天请看中国历史十大酒局之十盛唐饮中八仙长安酒会。



盛唐饮中八仙长安酒会

□刘茜鸽

跟随历史的轨迹,走过悠悠流转的五千年文明,文人与酒似乎永远有着扯不断、分不开的诗情画意。中国是诗的国度,亦是酒的魂乡,漫漫中华史从来谈酒千古不倦。

曾在浅观中国古代十大酒局时,一直猜测酒局之首会是哪个流传千古的政治杀戮之争,或是名利互掩的鸿门酒宴?当盛唐“醉八仙”跃然纸上,竟不得不心服口服!

兰亭丝竹,知己满座,曲水流觞……无俗事、凡忧、名利、杀戮、勾心斗角,纯粹的诗酒会友,这样的热闹怎不让人满心愉悦,痛快畅饮?

都说饮酒的巅峰在盛唐,那么,盛唐的巅峰便在长安。长安街头巷陌对酒的热衷,让胡姬酒肆成为一块金字招牌,美人沦为酒的陪衬,无限风流长安城啊!历史从来都没有明确记载过“饮中八仙长安酒会”,可“醉八仙”的名号就是从盛唐长安传遍天下。

这一日,酒神酒仙,高朋满座;你来我往,

举杯豪饮;觥筹交错,满座尽欢;酒色齐聚,且饮且赏;坐而论道,醉而忘忧;以文会友,以诗下酒……酒逢知己,千杯恨少;三巡已过,还有六圈;六圈结束,再来十坛……

这么喝下去就是神仙也会醉倒啊,于是乎,就有了杜甫的《饮中八仙歌》:

一仙贺知章:知章骑马似乘船,眼花落井水底眠。

二仙汝阳王:汝阳三斗始朝天,道逢曲车口流涎,恨不移封向酒泉。

三仙李适之:左相日兴费万钱,饮如长鲸吸百川,衔杯乐圣称避贤。

四仙崔宗之:宗之潇洒美少年,举觞白眼望青天,皎如玉树临风前。

五仙苏晋:苏晋长斋绣佛前,醉中往往爱逃禅。

六仙李白:李白一斗诗百篇,安市上酒家眠。天子呼来不上船,自言臣是酒中仙。

七仙张旭:张旭三杯草圣传,脱帽露顶王公前,挥毫落纸如云烟。

八仙焦遂:焦遂五斗方卓然,高谈阔论惊四筵。

饮中八仙的醉态与风韵,全然酒后人性本真的释放。其中李白更是狂放不羁,“酒入豪肠,七分酿成了月光,余下的三分啸成剑气,绣口一吐就半个盛唐。”他在盛唐浪漫书写豪气傲骨,却在失意与无奈中结束了一生传奇。在酒与诗的盛唐,唯李白敢称“酒中诗仙”。

在无数文人的精神世界里,酒不仅是满足口腹之欲的物质饮品,它更多时候是一种文化载体或精神象征。酒,早已被他们注入自己的情感和思想,诗增酒趣,以酒抒情,饮酒寄思,酒承诗魂。无论离愁别绪、豪迈洒脱、壮志难酬抑或狂放不羁,于是有酒必有诗,无酒不成,在盛唐来说毫不夸张。以此,诗与酒在唐朝都迎来了巅峰。唐诗中有无数名篇,都在酒与酒局中写下,也不怪“饮中八仙长安酒会”在未有明确记载下也能流传千古!

这些带色食物营养翻倍

岁末总结时刻,颜色营养界也有盛典,被评选出来的选手可谓个个身手不凡。

花青素:紫霞神功

代表:桑葚、紫薯、蓝莓、葡萄、黑枸杞、紫甘蓝、黑加仑等。

颁奖词:红到发紫的最强抗氧化剂家族,嫉自由基如仇,抗癌抗氧化。

大多数黑色的食物中都有花青素存在,而且她还很会隐藏自己,就像一条变色龙——在酸性环境中显红色,中性时显紫色,碱性时显蓝色。因此,在凉拌或下锅烹炒紫甘蓝时,可添加少量酸性的白醋,可保持其艳丽的紫红色,提高菜肴感官质量。此外,花青素属于水溶性的,洗桑葚、葡萄、黑加仑时,不要使劲搓洗和浸泡太长时间。

一般来说,5月是吃桑葚最应季的时候,吃鲜果最好,吃不完的做点桑葚酱保存着涂抹到面包或者馒头上吃。

其他水果中的花青素也一样,如果吃不到鲜果,还可以买些低糖的果干吃。

紫薯基本一年四季都有,蒸着吃、煮粥吃或者压泥做甜点又或者和到面里都不错,看着

有食欲,吃起来也美味。

叶绿素:有你最赞

代表:一切绿色蔬菜,甚至绿藻。

颁奖词:天生含镁,抗炎和辅助伤口愈合。有光有她,才会有碳水化合物。

碳水化合物是我们每个人身体必需的一种物质,但碳水化合物和叶绿素有很大关系。镁是人体所需的一种矿物质,而叶绿素中含有镁,吃绿色蔬菜是获得镁的良好途径之一。然而,叶绿素很不稳定,酸会夺取其中的镁,造成绿色消减;碱会破坏其中的含氮杂环,变成黄色。温度也不放过她,以苦瓜中的叶绿素为例,温度超过70℃,就会分解。总之,叶绿素是相对比较脆弱的一种营养物质。

因此,对于绿色的蔬菜,能生吃的尽量生吃,如果需要烹饪,尽量用中低温度,时间要短,如焯热水、急火快炒等。而且,焯水后尽快用冷水降一下温度。这样再烹调,才能保持原料质地脆嫩、色泽鲜艳翠绿。加醋的时机也要把握好,最好在上桌前再加,否则也会影响菜色。

叶黄素:明目天后

代表:菠菜、胡萝卜、枸杞、猕猴桃、甘蓝、蛋黄、南瓜、芒果、橙子。

颁奖词:黄对黄,视网膜黄斑很需要她,眼睛的好朋友。

叶黄素不能够自己在体内合成,必须从食物中获取,而且叶黄素并不一定存在于黄色的食物中,一些橙色和红色的食物中也含有,甚至在绿色的蔬菜中也含有,只是被叶绿素所覆盖。黄斑是视觉最敏感的区域,也是叶黄素高浓度聚集地,因此,补充叶黄素对视网膜黄斑

病变有一定的改善作用。对光不稳定,温度升高,加热时间延长,降解加快。中性、碱性条件下相对稳定。

叶黄素也比较脆弱,怕热,所以,生吃水果自不必说,甘蓝能生吃也尽量生吃。不过,菠菜、胡萝卜、南瓜等还是熟着吃比较好,尤其是菠菜,一定要焯水把其中的草酸去掉,以免影响人体对其他矿物质的吸收。

茄红素:抗衰网红

代表:番茄、南瓜、木瓜、芒果、红莓、柑橘及萝卜、胡萝卜等的根部。

颁奖词:番茄红素属抗氧化明星,可抗癌(前列腺癌、宫颈癌、乳腺癌等)。

番茄红素属于类胡萝卜素,是目前自然界中已知的最强抗氧化剂之一,其清除自由基的功效甚至比广为人知的维生素E还要强100倍。而且,就拿番茄来说,颜色越红,抗氧化的番茄红素含量越高,在挑选番茄的时候,尽量买颜色为深红色的、饱满的。

天然存在的番茄红素都是全反式,通过高温蒸煮等加工可使番茄红素由反式构型向顺式构型转变,更容易被人体吸收。因此,番茄做熟了吃吸收最好,比如番茄炒蛋。番茄红素对酸不稳定,烹饪时注意少放些酸性的醋等。要想吃到番茄红素,番茄酱中的含量比番茄中更高,可以买点番茄酱(非番茄沙司)吃。

温馨提示:虽然这些带颜色的营养物质都对人体有益,但是不能把人体所需营养只寄托在某一种营养物质上,各种带颜色的食物都要吃,各类食物也要吃,保证蔬菜与水果的摄入量,总之,均衡的营养才是饮食的王道。

(据人民网)

周口美食人气榜

订台电话

向日葵火锅	8985555
怡景田园功夫面馆	8101116
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
越秀零距离	7997333
同忆餐厅	8597777
黎园居	8319996
春香园食府	8267683
九弟生蚝	6129878
周口人家	3758888
家味道民间菜馆	7808526
大美私坊火锅	7980888
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
大真园糊辣鱼	8228777
焰拿山韩式烧烤料理	8279991
百年肥牛	8361968
穆二姐火锅	8866966
老渔翁烤鱼	18736189157
山城老火锅	7877770
纳西火塘	8531729
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
老北京涮锅	8225009
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

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

