



青岛啤酒的“慢”工艺

啤酒原本是酵母生命繁衍时的产物,是自然进化的过程,缩短发酵周期可以有效加快发酵速度、提高啤酒产量,但同样也会带来一些副作用。自然发酵可以有效并且精准的控制啤酒中高级醇的含量,从而减轻“上头”反应。但有些企业为了追求更多地经济利益,借助现代科技,让发酵过程变“快”,此时,“慢”就更加显得弥足珍贵。

青岛啤酒作为中国第一啤酒品牌,无论是技术、管理、工艺都处在第一阵营,而在“发酵周期”上,青岛啤酒却甘入“末流”。正是因为“慢”,青岛啤酒的“不上头”有了技术的支撑;正是因为“慢”,青岛啤酒让饮用者体验到了“健康、自然”的感受。

对于青岛啤酒来说,慢下来是成功的特色秘诀之一,一个多世纪的酿造经验也让青啤人对“慢”赋予了更深层的含义。青岛啤酒经典传统的长时间自然发酵技术和国际上屈指可数的低温长时间发酵工艺,更好的尊重了酵母自然的生命历程。就象慢慢雕琢和打磨一件上好的艺术品,青岛啤酒严守着这份“慢



的坚持”,即便是市场需求非常大的时候,也从未放弃过。

正是这种“慢的坚持”,才让青岛啤酒“有麦香、不上头”的产品特质得到了很好的体现,也同样是因为这种“慢的坚持”,让青岛啤酒在世界啤酒行业越跑越快。

冬季来“豪园”进补 寻找不一样的药膳美食



位于滨江大道 3266 号的豪园美食城,每天早晚时分,其门前常会聚集一些老头、老太,不时诧异地指指点点:“豆腐与葱不能同吃,牛奶与鸡蛋不能同饮……”原来,他们在讨论学习张贴于店门口关于食物的相生相克图表上的内容。“虽然俗话说病是吃出来的,但我们也可以把病吃回去,科学饮食是健康的保证。”该美食城负责人介绍,“餐馆的主要特色就是药膳,利用合理的膳食构成,以及科学而营养的搭配,保障人体健康。”

众所周知,食物是有相生相克的。豪园美食城经养生专家秘方精心配制了 30 多种药膳,既避免了食物相克对人体产生的副作用,还能提高人体的免疫力。据透露,该美食城的养生专家正是负责人的亲戚,年过 70 多岁高龄的老人,却仍红光满面,宛若 40 多岁壮年。

药膳对厨师的烹调水平要求很高,火候要恰到好处。来过美食城品尝的顾客,无不交口称赞其菜肴美

味。因其药膳不仅没有药味,而且味道鲜美、清淡,回头客不绝。更难能可贵的是,其价钱实惠,很适合工薪消费。

作为一家药膳馆,该店还特意向大家推荐几款适合冬季进补的药膳:

- 推荐一:参芪炖鹅**
功效:益气补血,养心护脏,常吃有防癌抗癌作用。
- 推荐二:二仙煨狗肉**
功效:补肾温肾、助阳益火,对肾寒、宫冷等有良好的功效。
- 推荐三:清炖莲子河鳗**
功效:补虚益血、滋补肝肾、降血脂、降低血中胆固醇含量。
- 推荐四:乳鸽银耳汤**
功效:美容养颜、改善皮肤增加弹性、补虚功效。
- 推荐五:红参蒸鲫鱼**
功效:补脾消肿、大补元气、增强机体抗病能力、增加营养延缓衰老。

(孙伟芳)

小雪要来了,天气要冷了,记着要关爱自己哟!

写给“无肉不欢”的你

■记者 林晓

话说下周二就到小雪的节气了。

你看,一年中有二十四节气,这马上就要到第二十节气了,日子是不是快了点呢?我们瑞安地属南方,进入小雪节气后,也就表示要进入冬天了。最近这几天飘起了零星的小雨,这天气无疑就凉了起来。虹桥路上卖衣服的商铺,都摆上了冬装了。看着一件件厚实的衣服,小记告诉你,这样子天气,最主要是要关爱自己哟!

当然家人也是要关爱的。先关心自己才能关心他人嘛。“自己的身体是关爱他人的本钱。”谁说的?小记说的,嘿嘿!今天小记特别给“无肉不欢”的你,提供两个小炒,关爱一下自己吧。

农家小炒肉



主料:五花肉 2 条。
辅料:红椒 1/2 根、尖椒 1/2 根、青蒜 2 根、蒜 3 瓣、姜 3 片、生抽 1 大勺、剁椒 1 大勺、盐小许、鸡精 1/2 茶匙。

哈哈,又提到蒜了。不仅有蒜,还有青蒜。神马?青蒜不知道?就是蒜苗啦!以前小记曾做过一期《大蒜是个宝,想要健康使劲嚼》,可见蒜确实是个好东西,你就使劲嚼吧。

- 制作步骤**
- 1 五花肉洗净、切片,青红椒切块,青葱切段,蒜切片,姜切末;
 - 2 锅烧热,倒入少许油,油热后,放入姜蒜末爆香;
 - 3 倒入切片的五花肉;
 - 4 翻炒至五花肉变色,加入青蒜;
 - 5 翻炒均匀,加入青红椒;
 - 6 继续炒匀,加入剁椒;
 - 7 加入生抽、盐小许;
 - 8 加入少许鸡精,翻炒均匀即可。

小贴士

1. 五花肉尽量切薄片,不仅易熟,口感也更好;
2. 尖椒最好不要省略,否则会失去此菜的风味;
3. 剁椒的用量可根据自己的口味调节;
4. 剁椒、生抽、盐的份量可根据口味酌定。

菠萝咕嚕素肉

怎么变成素肉了?想不到了吧?一荤一素搭配嘛,成天介吃大肉那啥会太高哦!菠萝咕嚕肉是粤菜中的一道经典菜。不过在这里却是用杏鲍菇取代猪肉,让这道菜更加营养健康,符合时尚饮食之风。

话说有一天小记去菜场里买菜,见到了这杏鲍菇愣是不认识,问了一下卖家才知道这肉墩墩的菌类叫杏鲍菇。

杏鲍菇的营养丰富,富含蛋白质、碳水化合物、维生素及钙、镁、铜、锌等矿物质,可以提高人体免疫功能,对人体具有抗癌、降血脂、润肠胃以及美容等作用。杏鲍菇与其他一般品种的平菇、香菇、鸡腿菇等的区别是:组织紧密、富有弹性、采摘后保存的时间较一般菇要长。

还有呢,杏鲍菇的肉质肥嫩适合炒、烧、烩、炖、做汤及火锅用料,亦适宜西餐;即使做凉拌菜,口感都非常好,加工后口感脆、韧,呈白至奶黄色,外观好。

主料:杏鲍菇一个、菠萝 100 克、青红椒 30 克、鸡蛋一个。
辅料:蒜瓣 2 个、葱花 10 克、番茄酱 50 克、白糖 30 克、柠檬汁 15 克、生抽 15 克、盐适量、鸡精 2 克、香油适量、干淀粉适量。

- 制作步骤**
- 1.准备好所有的食材。
 - 2.杏鲍菇切小粒,菠萝切小块,青红椒切块。
 - 3.锅中烧开水放入杏鲍菇焯烫后凉着。
 - 4.稍凉后,用手把杏鲍菇中的水份挤干。



- 5.把挤干水分的杏鲍菇放入碗中,加入盐,鸡精拌均匀腌制片刻。
- 6.菠萝块用淡盐水浸泡备用。
7. 取一个小碗加入番茄酱,白糖,柠檬汁,生抽,盐,鸡精拌均匀备用。
- 8.腌制过的杏鲍菇加入一个鸡蛋拌均匀。
- 9.再撒上干淀粉拌均匀。
10. 锅中油烧热放入裹上淀粉的杏鲍菇炸制。
- 11.杏鲍菇颜色变白捞出沥油。
- 12.油温升高再次复炸一遍。
- 13.炸制金黄捞出沥油备用。
14. 炒锅倒油放入青红椒过油捞出。
- 15.放入蒜末和葱爆香。
- 16.倒入调好的蕃茄酱汁熬制。
- 17.倒入菠萝快翻炒均匀。
18. 再把炸好的杏鲍菇倒入翻炒均匀即可上火。

小贴士:
杏鲍菇烫过之后一定要把水份挤干,在腌制片刻让其入味。炸制的时候第一遍只要发白就可捞出沥干,再次复炸至金黄,这样杏鲍菇才会外焦里嫩口感很好。最后翻炒的时候料汁一定要均匀的裹满食材,成菜色泽才好口感也鲜美。

吃/喝			
CLUB 融会所	阳光北路 187 号	15967705508	677517(市网)
德嘉园美食	安康路华昌国际公寓 A 幢 2 楼	65068999	65068989
五粮液瑞安专卖店	商城大道 121-123 号		65627978
格纳多餐饮连锁	外滩总店:66608818	安阳市:65068999	
新味坊	外滩滨江大道(钻石钱柜 KTV 对面)		66611678
海利酒楼	瑞安水产城一区 65-80 号	65603187	65605187
葡萄园大酒店	罗阳大道宏瑞大厦 5 幢	66886677	66887777
花园大酒店	万松路 7 号	66600666	66600555
新都大酒店	塘下广场西路 255 号	65379779	65377888
君欧大酒店	塘下镇环城大道汽摩配城旁	65966666	66000001
国贸大酒店	罗阳大道翔云大厦	66801888	66805555
瑞立商务酒店	万松东路 188 号		65855555
新江南假日酒店	虹桥北路 25 幢	65617888	65629288
东山祥丰海鲜城	东山西路 18 号	65601158	65607158
华侨状元楼	万松路 6 号	65622878	65622868
豪廷商务会所	罗阳大道万顺锦园 A 幢	65918886	65918887
拉芳舍·外滩 1 号会所	外滩喷泉西首		65637666
玛高会所	滨江大道 3246-3250 号		66606077
瑞安市波特曼茶餐厅	塘下镇塘西中心西路 2 号楼	66008999	66008666
安阳香格里拉商务会所	安阳路 288 号(国际大酒店南侧)	66888688	66888699
小田野农家菜馆	拱瑞山南路 88 号(东山上埠)		66606868
瑞安市新东海大酒店	商城大道 152 号	65659555	65659888

