

为您推荐健康菜
「好品牌,招牌菜」

中国历来都有冬季进补的习惯,深谙养生之道的吃货们,你是否找到身边最适合自己的特色餐饮店,既能赢得健康,又能满足舌尖的欲望,岂不美哉。 郑州晚报记者 王一品 李科燃

推荐一:素语茶缘

招牌菜:紫气东来、彩蝶戏天麻

“无肉无蛋无烟无酒纯净水有机菜,有次有悲有喜有舍净身心的健康。”这是对素语茶缘奉行素食主义理念最好的诠释。旨在“打造中国素食餐饮第一品牌”的素语茶缘,自2006年成立以来,凭借其一流的素膳茗茶以及独特的餐厅文化和标准化的经营优势,成为“世界素食联盟”会员单位和国家旅游局评定的“特色四星餐厅”。2013年,融投集团斥巨资对素语茶缘餐饮文化管理有限公司进行了改造升级,转型后的素语茶缘如今成为一家集国学、茶道、养生、禅修、古乐为一体的交互式复合型传统文化美学高端餐厅。

“让每一道菜都富有最强的价值感,这才是我们所追求的。”素语茶缘相关负责人表示,“还有彩蝶戏天麻、鲜竹笋炒秋葵、金瓜炖金耳等菜品,都是选用最新鲜、天然的养生食材作为主料。”如今,食素斋不只是一种餐饮形式,更是一种生活方式,甚至成为一种对传统礼节、养生文化的传承。

推荐二:太方法式铁板烧

招牌菜:松露鹅肝鱼子酱蒸蛋、XO酱蛋炒饭

“炮制虽烦,必不敢省人工;品味虽贵,必不敢减物。”太方作为一家高档法式铁板烧餐厅,对于餐饮有着自己的追求。“我们一直为成为郑州餐饮的米其林店而不懈努力。”太方相关负责人表示,低油、低盐、低能量,一直是太方所倡导的饮食文化。

到太方,岂能不试试几道招牌菜。松露鹅肝鱼子酱蒸蛋,这道菜包含的三项基本食材:鹅肝、鱼子酱、松露,有“世界三大美食”之称。有人说蛋炒饭是最简单的一道菜,但也是最难的;谁都会蛋炒饭,但若要让炒饭粒粒分开,而且均匀的沾着蛋

美味补冬



花,的确不容易,太方的XO酱蛋炒饭,除了看上去秀色可餐,口感也堪称经典,这主要是通过XO酱来体现的,太方制作的XO酱,需要用8~10种配料,而所有配料都是由主厨亲手配制的。

推荐三:粥之源

招牌菜:粗粮燕麦粥、秘制黄河大鲤鱼

食粥可以饱腹,亦可以养生,谓之“世间第一补人之物”。粥之源多以养生粥为主,根据四季食物的变化,把饮食和养生融为一体,使粥具有补、养、调、润等功能。尤其是粥之源的粗粮燕麦粥,选用上等燕麦为主料,再佐以麦仁、苡米等粗粮进行熬制。“粥之源的粥都是现做的,一锅粥至少要熬40分钟,吃起来口感绵绵,香气逼人。”粥之源相关负责人说,粥之源所有菜品不添加味精、鸡精、香精等添加剂。熬粥时连糖都不会加,全部通过食物原有的味道来体现粥的美味。

这里还有一道颇具河南特色的秘制菜品,就是黄河大鲤鱼。“我们对传统烹饪方式进行改良,让鲤鱼肉质变得更鲜嫩。”粥之源的主厨表示,“这道菜通过秘制的汤料,对事先过油后的黄河大鲤鱼进行小火煮,汤汁会慢慢渗透到肉中,入口后鲜香之余还透着一丝甜味。”

健康餐饮评选邀你来参与

在万千佳肴中,最令咱郑州食客心醉神迷的看饌是哪一味?最适合郑州人的养生菜品是如何烹制的?本报近日特别推出2014“好品牌,招牌菜”健康餐饮总评

榜评选活动。本次评选主要包括四大

大奖,分别是涉及“风云名店”的“十大榜样品牌”、“绿色菜品”的“十大招牌名菜”、“风云名厨”的“十大风云人物”以及“健康之星”的“十大消费者心中最喜欢的养生菜”。

■参与方式 社会各界均可推选自己心中喜爱的餐饮品牌、品类,您可以通过电子邮件、微信、电话等多种形式参评。同时,我们也接受餐饮企业自荐报名。

E-mail: zzwbfxb@163.com

微信平台: zzwb-top-sh

咨询电话: 56568139

18838150282



关注“TOP生活”
让生活更有趣

圣诞季 你想去哪儿点灯?

圣诞节、情人节如今在中国非常流行,大有和春节抱团成为一个狂欢季的势头。尤其是年轻人,其实他们并非崇洋媚外,而是喜欢这些洋节日浪漫、欢乐的气氛。生活在各种压力包围下的都市人,自然对“狂欢”乐此不疲,这毕竟可以敞开心扉释放自己,起到舒缓情绪、减轻压力的作用。今年圣诞节,各大酒店提前开始点灯仪式,打造精致“圣诞季”。快来看看吧,总有适合你的。

郑州晚报记者 王一品 文/图

推荐一:永和铂爵国际酒店

推荐理由:温情圣诞,爱无止境

12月1日,永和铂爵国际酒店举办了主题为“温情圣诞,爱无止境”的圣诞点灯仪式,邀请了郑州市儿童福利院的孩子及由社会各界的爱心人士一起点亮圣诞的灯火,希望能以此呼吁社会各界对这些需要帮助的孩子们给予更多的关爱。

据悉,12月24日永和铂爵将举办盛大的圣诞晚会,届时不仅有丰盛的圣诞大餐及多彩节目演绎,更有超值大奖等着您,不失为一个有爱有欢乐的圣诞好去处。

推荐二:郑州希尔顿酒店

推荐理由:魔幻圣诞,惊喜不断

11月29日,郑州希尔顿酒店成功举办了酒店开业以来的第一届圣诞点灯仪式,开启2014年“魔幻圣诞”的序幕,同时也点燃了寄托着美好祝福的圣诞希望。在点灯仪式上,由酒店员工组成的唱诗班格外引人注目,他们用美妙的歌声将圣诞祝福传递给每一位宾客。仪式中总经理邓志明表示,“平安夜和圣诞节即将到来,郑州希尔顿为饕客们准备了丰盛的美食以及丰厚的奖品,其中包括iPhone 6、iPad Air、iPad Mini等惊喜大礼。今后,我们将继续努力,致力于为宾客们提供无与伦比的贴心服务。”

推荐三:郑州建业艾美酒店

推荐理由:甜蜜圣诞,绚丽多彩

12月6日,郑州建业艾美酒店将在

户外演绎一场缤纷快乐的圣诞节点灯仪式,与近200位来宾共同点亮圣诞树,开启欢乐圣诞季。继2013年成功举办圣诞点灯仪式后,郑州建业艾美酒店今年将时尚与创意进行到底,活动现场除了艾美特色美食与传统圣诞热红酒,圣诞老人也为大家带来了2014年第一份圣诞礼物,缤纷的糖果和各种礼物围绕着孩子们的笑脸。据悉,在平安夜和新年夜,艾美酒店还为所有宾客精心准备了国际饕餮美食,绚丽多彩的节目以及惊喜大奖。这个圣诞节,不妨与建业艾美酒店共度精彩“糖果乐园”圣诞节。

推荐四:郑州绿地JW万豪酒店

推荐理由:缤纷圣诞,浪漫依然

12月6日,郑州绿地JW万豪酒店将举行“爱·分享”圣诞慈善夜亮灯仪式。届时,开封SOS儿童村的小朋友将组成唱诗班来与大家共同打开圣诞季的帷幕。与此同时,仪式中还有欢乐抽奖环节,酒店精心准备了种类繁多的奖品,包含万豪集团酒店的入住优惠券,酒店餐饮消费券,进口起泡酒、红酒等,中奖率高达50%以上。另外,酒店还特别开设“圣诞客房”,平安夜于郑州绿地JW万豪用餐,即可以人民币688元的净价于当晚入住酒店豪华房(入住一晚,且含双份自助早餐)。这将是一次超温馨、超浪漫、超划算的圣诞之旅哦。

天冷了,酒要温着喝

寒冬来临,《董酒懂健康》栏目为你带来冬日温酒攻略。

元人贾铭说:“凡饮酒宜温,不宜热。”尤其是冬季,喝冷酒不好。如今,也有很多专家研究表明,白酒加热后饮用对身体是有一定好处的。

酒中的甲醇沸点是64℃,乙醛的沸点是21℃,加热时,它们就会转变成气体挥发掉,从而消除或减少酒中这类有害物质。不仅如此,酒在加热过程中,乙醇也会挥发一些,使酒的浓度稍有降低。而且,温热的酒喝到肚子里也更容易排泄。因此,喝热酒不易醉,并能减轻其中有害物质对人体的伤害。当然,对酒加热要有一定限度,如果太热,会使酒中的主要成分乙醇大部分或全部挥发掉,失去应有的口感。所以,相关专家提醒,冬季把白酒加热后再喝能够去寒,还能去除酒中一定有害的物质,不过要选择酱香型、董香型之类的健康型白酒,而且一定要注意入口的温度以30℃~40℃为佳。 郑州晚报记者 王一品

冬季可以把白酒温热了再饮用,那么热酒时的温度应该掌握在多少度呢?

请将正确答案及姓名、联系方式发微信至晚报名酒专刊(微信号: zzwb-top-mj),正确回答问题的前三名读者每人将获得价值158元的新贵董酒一瓶。

领奖地址:中州大道与明泓路交叉口国信广场18楼世嘉酒业,获奖者需携带本人身份证及复印件领奖。

领奖咨询电话:4000909691

上期获奖名单:王亮威(135****3392)、张磊(156****6076)、郑秀云(150****9286)

