

唯愿酒香更醉人

——访市人大代表、信阳鸡公山酒业有限公司董事长朱耀辉

“工业化不仅是富民强市、扩大就业的重要途径,更是加快产业发展、助推新型农业现代化的必由之路!我们在工业化的发展道路上是尝到了甜头的!今后更要在工业化的道路上阔步前进,让鸡公山酒香更醉人,让魅力信阳更迷人!”谈到乔市长政府工作报告中提到的“持续强化新型工业化主导,着力构建现代产业体系”的论述,市人大代表、信阳鸡公山酒业有限公司董事长朱耀辉

深有感触。

有着与共和国同龄的、尽享楚地悠久酿酒历史传承的信阳鸡公山酒业有限公司,近年来借助工业化发展的势头,企业发展执着强劲,白酒销售连续多年保持高速增长,在河南白酒企业中已经稳居前列,在信阳白酒消费中更是分得大半江山。公司主打产品鸡公山粮液在2012年度销售中更是猛增150%。

朱耀辉告诉记者,这都得益

于公司沿着工业化的路子大步阔进。2008年5月,在各级党委政府的支持下,他们投资2亿多元,在洋河紫金工业园新建万吨曲酒生产基地,一期工程与2009年9月9日建成并投入生产。2011年8月,二期工程标准化生态酿造车间和现代化生产车间开工建设。现代工业技术的广泛应用,不仅改进了生产工艺流程,而且提高生产效率,使产品质量和市场竞争能力得到极大的提

高。

谈到未来发展,朱耀辉告诉记者,鸡公山酒业将紧紧抓住市委市政府坚持工业化主导的战略规划,加大企业建设和投资力度,积极借助高新技术和科技创新,加速企业自我完善和提升,逐步实现信阳市内“区域为王”,省内“重点突破”的战略设想。力争在“十二五”末实现销售收入6亿元,年创利税2.4亿元目标。

(刘宏冰)

婴幼儿奶粉将出专管办法

涉及产供销各环节

全国政协委员、国家工商总局局长周伯华昨日在接受新华社记者采访时说,国务院各部门正在协调研究,将采取更为有效的专项管理办法来确保婴幼儿奶粉安全,这些措施将会尽快出台。

周伯华说,针对婴幼儿奶粉的专项管理,将涉及从畜牧生产第一道工序到工厂加工、合格出厂以及进入到流通领域的各个环节,同时要采取一系列更加严格的措施规范生产厂家、畜牧养殖以及销售环节的责任,确保国民能喝上安全、放心奶。

周伯华坦言,此前在相关问题认识、产业管理和监管措施落实方面都存在不足,才出现三鹿奶粉事件这样惨痛教训,也带来国民对整个国内奶业的不信任。

谈及香港奶粉限购措施,周伯华说,要支持、遵守香港的规定,“我们不要大惊小怪”,要解决喝奶的问题,还是需要培养国内自己的品牌。

周伯华还说,民生问题涉及国家长治久安、人心向背,不能任由民生难点热点问题积累,应加大顶层设计力度,制定时间表、路线图,尽快解决。

(据《北京晨报》)



西兰花炒木耳

制作步骤:

1. 食材:西兰花 木耳 小米椒 植物油 味级鲜 鸡精 盐
2. 木耳用温水泡开洗净去掉蒂
3. 西兰花用手掰成小朵洗净
4. 用开水焯,加几滴植物油和盐,捞起过凉水,沥干水分,小米椒洗净切圈
5. 热锅凉油加小米椒和木耳翻炒
6. 加西兰花
7. 盐
8. 味级鲜翻炒均匀
9. 加鸡精尝味出锅

惊蛰节气最佳食物

惊蛰节气养生之道,宜多吃荠菜、菠菜养身。进入惊蛰后,人体肝阳之气上升,此时饮食宜需配合。惊蛰吃什么好,惊蛰养生吃什么呢?营养专家提醒,在饮食调养上最好以清温平淡为主,菠菜、荠菜以及鸡、蛋等都是最佳的选择。

惊蛰时节,人体的肝阳之气渐升,阴血相对不足,许多人会感觉到背和四肢寒凉,容易出现目倦神疲、腰膝酸软、上火牙疼、皮肤嘴唇干裂等症状,其实这是人体跟不上春天阳气升发的结果,所以,这个时令,“补阳气”很重要,养生应该顺乎阳气的升发,万物始生的特点,使自身的精神、情志、气血也如春日一样舒展畅达,

才能生机勃勃。

补阳气,不得不提提肝脏的保护。中医学上,以四季配五脏,春季属肝脏,一系列肝的病症会在春季复发或加重,中医很早就提出“春宜养肝”的说法,只有保持肝脏的生理功能,才能适应自然界生机勃勃的变化。如果忽视了护肝养肝,肝脏机能失常,人就会变得虚弱没有精神。

在饮食调养上,最好吃得清温平淡些,一些新鲜蔬菜及蛋白质丰富的食物,如春笋、菠菜、芹菜、鸡、蛋、牛奶等值得推荐,此外,也可以多吃些能升发阳气的食物和蔬菜,如韭菜、菠菜、荠菜等。

菠菜中含有大量的β胡萝卜素

和铁,也是维生素B6、叶酸、铁和钾的极佳来源。其中丰富的铁对缺铁性贫血有改善作用,能令人面色红润,光彩照人,因此被推崇为养颜佳品。菠菜叶中含有铬和一种类胰岛素样物质,其作用与胰岛素非常相似,能使血糖保持稳定。

丰富的B族维生素含量使其能够防止口角炎、夜盲症等维生素缺乏症的发生。菠菜中含有大量的抗氧化剂如维生素E和硒元素,具有抗衰老、促进细胞增殖作用,既能激活大脑功能,又可增强青春活力,有助于防止大脑的老化,防止老年痴呆症。

不过,也要注意物极必反这

个道理。如果因为阳气骤然上升,引动体内热气,就容易出现怕热出汗、经期长等症状,这时就需要远离烟酒,避免厚重口味的饮食,并且滋阴清肝火,如每天喝点菊花茶,有效缓解因肝气升发太过而形成的春困、头重脚轻、流鼻血等症状,多吃精白面,有空多外出锻炼锻炼身体,走路、登山、慢跑、打太极拳、放风筝等缓和性运动,比较适合这个季节。

春天不宜太过疲劳,过劳一族容易肝气偏弱,应多吃养肝的食物,如话梅、杏脯;白菜、包心菜、菠菜等叶菜,能加速毒素排出;女贞子与糯米粥可达到补肾滋阴的功效。

(刘洋)

食用番茄应注意这些

我们大家都知道番茄是果蔬中的圣品,具有很高的营养价值,不仅如此番茄还可以预防癌症等疾病,对于我们来说可谓是果蔬中的佳品,不仅可以生吃还可以将其作为菜肴中的一份,美味又不失新鲜。但是对于这样一种果蔬圣品来说,还是有很多讲究的,番茄的食用方法总结归纳为五类,下面大家一起来了解一下吧。

一、不宜生吃,尤其是脾胃虚寒及月经期间的妇女。如果只把番茄当成水果吃补充维生素C,或盛夏消暑热,则以生吃为佳。

二、不宜空腹吃,空腹时胃酸分泌量增多,因西红柿含有大量的胶质、果质、柿胶粉、可溶性收敛剂等成分,这些化学物质与胃酸结合易形成不溶于水的块状物,食之往往引起腹痛,造成胃不适、胃胀痛。

三、不宜吃未成熟的青色番茄,因含有毒的龙葵碱。食用未成熟的青色番茄,会感到苦涩,多吃了,严重的可导致中毒,出现头晕、恶心、周身不适、呕吐及全身疲乏等症状,严重的还会发生生命危险。

四、不宜长时高温加热,因番茄红素遇光、热和氧气容易分解,失去保健作用。因此,烹调时应避免长时间高温加热。

五、不宜吃长有赘生物的西柿,因为这个赘生物是肿瘤。食用西红柿要注意选择个大、圆润、丰满、外观漂亮的食用。

健康的食用番茄不仅可以养生还能让我们吃出健康,吃出快乐和好气色!

(魏吕)

喝豆浆时应该怎么放糖

在豆浆里放一些糖,可以令口感更好一些,这也是很多人在喝豆浆时的共同选择,但其实并不是所有人都懂得如何正确放糖的,如果放得不对,可能会导致豆浆里的营养物质不容易被人体所吸收,甚至产生有害物质,对人体造成不利影响,那么,究竟在喝豆浆的时候应该怎么放糖,以及放什么糖比较好呢?

喝豆浆的时候一般大家都最喜欢放糖,选择放白糖的比较多,那么在豆浆中加入白糖是不是最好的选择呢?其实不然,在豆浆中加入葡萄糖或是蜂蜜是对健康更有益处的。

正确的加糖方法是,豆浆煮好后,倒入碗中或杯中,当碗或杯不烫手时加糖最好。如果煮的时候放糖,豆浆中的赖氨酸会与糖发生反应,生成果糖基氨基酸,这是一种有害物质,对孩子尤其不利。

那加什么糖最好呢?一般情况下,很多人都喜欢用白糖,但白糖的主要成分是蔗糖,口味比较甜,如果量没有控制好,对牙齿和身体都不利。其实放入葡萄糖或者蜂蜜是更健康的。喝下葡萄糖后不用分解消化,就会很快被人体吸收,比较适合儿童或者是体弱者。而蜂蜜是葡萄糖和果糖的混合物,也是比较好的选择。

而最不适合加的糖是红糖。红糖里的有机酸和豆浆中的蛋白质结合后,可产生变性沉淀物,不易被吸收。

此外,肉类、乳类、蛋类、鱼类食物同样含较高赖氨酸,煮食、烹饪这类食物时,都是应该后放糖的。现在,我们知道喝豆浆的时候应该怎么放糖,以及放什么糖都是有讲究的,如果大家希望豆浆的营养价值不会有所流失,那就要在适当的时间,选择适合的糖类加入了。

(吴刚)

春节别被前列腺炎“蒙骗”

春天来了,很多前列腺疾病患者感到特别轻松,因为冬天恼人的尿频、尿急、尿痛等症状减轻了很多,莫非常年的前列腺疾病已经开始好转甚至不治而愈?

“其实不然,前列腺疾病在春季非常具有欺骗性。”信阳博士男科专家提醒广大前列腺患者:随着气温回升,血管扩张,血液循环加速,前列腺的水肿与充血得以缓解,尿道暂时通畅。但天气一旦

转凉,前列腺疾病的症状又会“死灰复燃”。正由于春季前列腺患者症状有所减轻,此时正是治疗前列腺疾病的黄金时机。

那么,如何在春天保护好前列腺呢?信阳博士男科专家提出做到如下的“三好”,将可预防或缓解前列腺症状。

一、吃好,多补充微量元素锌和抗氧化剂,均有利于前列腺的健康。男士们应多吃些海产品、瘦

肉、豆类植物、白瓜子、花生仁、南瓜子及芝麻等,以满足人体对锌的需求;多吃些粗粮、坚果、植物油、新鲜蔬菜和水果等,以补充各类抗氧化剂。

不宜吃什么呢?酒类、辣椒等食品以及吸烟虽然不会直接引起前列腺疾病,但是对前列腺和尿道有刺激作用,所以尽量少吃。

二、喝好,记得多喝水。多饮水、多排尿,通过尿液来充分冲洗

尿道,有利于前列腺分泌物排出,还能预防尿道的感染。白天多喝一点。为了避免频繁起夜,在临睡前2~3个小时应减少饮水。特别提醒勿憋尿,有尿意时立刻去小便。

三、玩好,散散步、打打拳。运动时保持温暖的局部环境可使前列腺引流通畅、充血水肿状态得到缓解;反之,受凉则易加重前列腺的症状。

(张远)

