

“酒鬼”必备解酒秘方

在中国,酒和酒文化一直占据着重要地位,甚至成为餐桌上的必备品。酒可以拉近人的关系,传递人的情感,但喝酒对神经系统和肝脏都有很严重的伤害,在醉酒后加快酒精的新陈代谢,可以有效保护身体健康!

油豆腐酿肉

材料:肉末(350克)、油豆腐(15个)、山药(100克)、黑木耳(适量)、油(适量)、盐(适量)、料酒(适量)、生抽(适量)、老抽(适量)、白糖(适量)、葱(适量)、生姜(适量)。

步骤:

- 1.肉馅中放入姜末、香油、料酒、盐、生抽、一点点老抽搅拌均匀;
- 2.葱切末,黑木耳、山药切细丁;
- 3.放入肉馅中搅拌上劲;
- 4.油豆腐用筷子在中间搅个洞,把

肉馅嵌进去;

- 5.全部都做好;
- 6.锅中稍放点油,把开口的那面朝下,小火煎到表面定型;
- 7.再翻面,放料酒;
- 8.放老抽;
- 9.放点生抽、开水;
- 10.放盐和白糖,大火烧开后改中小火焖制;
- 11.15到20分钟左右,倒入水淀粉勾芡即可出锅。



美食工作室

负责人:曹威

电话:13849762588

E-mail:306400144@qq.com



烤彩椒橄榄沙拉

可用餐前开胃,或是搭配面包、吐司等也是超级棒。

材料:青椒(1个)、红椒(1个)、黄椒(1个)、无核黑橄榄(1大把)、刺山柑(1小把)、香菜(1棵)、蒜(2瓣)、苹果醋(3汤匙)、盐(适量)、橄榄油(适量)、现磨黑胡椒粉(适量)。

步骤:

- 1.准备好所需材料;
- 2.彩椒切瓣;
- 3.放烤网上入预热210度烤箱烤30分钟;
- 4.橄榄、刺山柑洗一下沥干;香菜切碎;
- 5.小碗里加蒜末、盐少许、苹果醋,倒些刺山柑腌渍水调匀;
- 6.烤好的彩椒自然晾凉或过凉开水;
- 7.撕去皮后切小块;
- 8.所有材料放大碗里,倒入调好沙拉汁拌匀即可。

小窍门:刺山柑是成长于地中海一带未开放的刺山柑花蕾或果实。拥有浓独特的口味和营养价值,广泛适用在披萨、意粉和各类鱼、肉、酱汁和沙拉中。(据天下美食网)

番薯糖水

看到很多朋友都是用的白糖。小编体质比较寒,把白糖替换成了红糖,体寒的人喝很好的。里面加了一大块姜,都说冬吃萝卜夏吃姜,不用医生开药方,希望我们常常吃姜,这样就不用医生开药方了!

材料:番薯(一个)、油(适量)、红糖(2勺)、姜(适量)。

步骤:

- 1.番薯洗净切块,姜直接拍扁;
- 2.坐锅烧热下油爆香姜块出香味;
- 3.放番薯下去中小火翻炒均匀;

4.稍微闻到姜和番薯的味道之后就加一碗水;

5.大火烧开转小火煮15分钟;

6.番薯软化后加一大勺红糖后就可以出锅啦。

小窍门:

这个非常适合体寒的人喝,如果是比较燥热的体质就把红糖改白糖。味道稍微有点不同。煮番薯的时候大火煮开后要改小火。不然水很容易烧干,番薯也很容易烧烂不成形状。



葛花饭

紫色的葛花,口感和槐花相似,很好吃的一款春天时令美味。

材料:葛花(500克)、面粉(半碗)、盐(一茶匙)、五香粉(半茶匙)、蒜泥小料(半碗)。

步骤:

- 1.葛花洗净晾干;
- 2.晾干无水分的葛花用盐、五香粉拌匀;
- 3.拌上干面粉,使葛花颗粒分

明,彼此不粘连;

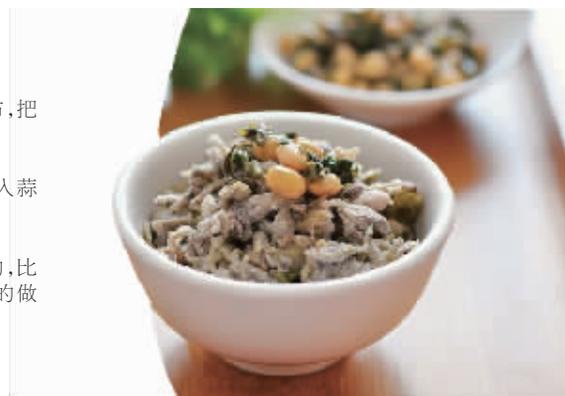
4.屉笼里铺上干净的屉布,把葛花放入上面摊平;

5.水开蒸8-10分钟;

6.取出来用筷子拨散,拌入蒜泥料汁,即可食用。

小窍门:

蒜泥料汁可以换成其他的,比如麻酱料汁,葱油料汁,料汁的做法类似火锅料汁。



首届鸡公山酒业“民间品酒师”选拔大赛等你来

为回馈广大消费者对鸡公山酒业的厚爱,首届鸡公山酒业“民间品酒师”选拔大赛随着鸡公山白酒文化节的开展也正式拉开帷幕。26日起,所有热衷于白酒文化的群众都可以参与到此民间品酒师大赛的活动中来,均可获得由鸡公山酒业提供的礼品。

据介绍,此次大赛的举办,旨在让更多的消费者了解白酒的品质、酿造工艺、酿酒原料和窖藏知识,也给消费者提供了与鸡公山酒业近距离交流的机会。大赛时间为11月28日、29日,统一进行海选,随后根据海选成绩,前160

名进行半决赛,并选出前32强进行决赛,决赛将在鸡公山酒业厂内进行,最后在32强中选出冠亚季军,冠亚季军不仅可以获得丰厚的现金奖励,还将被受聘为鸡公山酒业品鉴顾问,每季度将获得鸡公山提供的源系列美酒。此外,凡是参加活动的选手,均可获得有鸡公山酒业提供的礼品。

只要你热衷于白酒文化,年龄在18周岁至60周岁之间,从事酿酒相关行业人员不得报名参赛。比赛考察对白酒价格的鉴别能力,几种价位的酒水,通过品鉴挑选出其中贵及便宜酒水即可。

详情请关注鸡公山酒业官网、微信、微博了解,并就近到活动地点参与品鉴报名吧!(易震续)

海选地点

浉河区:大商新玛特广场
平桥区:亚兴购物广场
明港镇:西亚超市门口广场
罗山县:朝阳国际购物广场
息县:西亚超市门口广场
潢川县:人人超市门口
新县:西亚超市门口
光山县:金博大门口