



早餐,来一杯“唤醒”葡萄酒



早晨虽然并不是饮用葡萄酒的最佳时间,但如果搭配得好,早餐会显得更加美味,更加有趣。不论是经典的西式早餐,还是各地方的特色早餐,其实都有一些特定风格的葡萄酒可用来佐餐。

早餐是睡醒后的第一餐,是人们开始一天活动非常重要的能量

来源。早餐多以主食为主,因此,用来配餐的葡萄酒应该以清爽活泼为主,同时尽量避免口感浓郁,橡木味过重或单宁过厚的葡萄酒。不难想象,清淡活泼的葡萄酒风格本身就可以唤醒活力充沛的一天。

因此,霞多丽和雷司令等就非常适合在早餐时间饮用。多数佳品

都芳香四溢,带有明显的水果风味和爽脆的酸味。它们既可为中式早餐中的点心、油条和鸡蛋煎饼等佐餐,也能与西式的蛋餐、香肠和熏肉搭配。

单宁多,在橡木桶中熟成时间过长的红葡萄酒不宜在早餐时段饮用,但酒体较轻,果味更突出的黑皮诺、巴贝拉和佳美等葡萄酒就可适当享用。此外,一些性价比较高的起泡葡萄酒也是不错的早餐伴侣。

需要注意的是,如果你每天早上都要喝一杯咖啡,那就要慎重选择是否要同时饮用葡萄酒了。要知道,同时饮用葡萄酒与咖啡,可能会有损心脏机能。不过,如果你坚持要在早上将两种饮料都喝到,那么,你最好先喝葡萄酒,隔一段时间再喝咖啡。

如果你的心头好是加强型葡萄酒,就可选择能与多种早餐搭配的中干型和奶油风格的雪利酒。有些美食家甚至早上还喝意大利格拉巴酒、西班牙赫雷斯或法国干邑等蒸馏酒。 (据新华网)

每周小菜

黄瓜拌木耳

材料:黄瓜、黑木耳、红辣椒、老陈醋、香油、蒜、酱油、盐

步骤:

- 1.将干黑木耳冷水泡上
- 2.黑木耳泡软后清洗干净,再将黄瓜切成菱形块,蒜和红辣椒切成末备用
- 3.烧锅开水,加入适量的盐,将黑木耳放入里面去煮熟
- 4.焯熟的黑木耳放入碗中,再加入其它配料
- 5.加入盐、味极鲜酱油、香醋和小麻油等调味料
- 6.拌均匀即可。



小窍门:很简单很清爽的凉拌菜,注意提前将黑木耳泡软,再放入水中焯煮熟;最好待黑木耳的温度稍微凉一下,再与黄瓜一起凉拌为佳;记得调味料中老陈醋、香油(小麻油)必不可少,喜欢的话加入点红辣椒更加提味。 (小安)



教你做最正宗的石锅拌饭

石锅拌饭是不少韩国料理爱好者的心头好,石碗中的“吱吱声”伴着蔬菜和里脊肉的香气,叫醒你的胃。不过,要做精一碗石锅拌饭并非易事,从石碗,到秘制酱料,再到吃饭的方式,都有讲究。

就说这碗吧,很多地方使用陶瓷,易清洁,也耐高温。殊不知,传统的石头碗才最正宗,它经受大火考验,一些石碗表面斑驳,其貌不扬,却正好保留了食材本身的原汁原味,又渗入石锅的硬香。酱料,也是要自制的才好,在韩式辣酱中加入水果味配料,拌来拌去之间,有自然的清

新味道。

米饭的选择,也要十分考究才行。饭一定要软,因为要考虑到拌饭在搅拌的过程中,吸收了热量可能变硬,因此,一定是吸水性高的大米。米和水的比例大概控制在1:1。

最关键的一点就在一个‘拌’字,吃客要学会边吃边拌。大约吃掉四分之一的时候,用勺子来回倒腾几下,煎炒中,让蔬菜充分受热,也与酱料相融,水气被充分吸收,避免了碗底出现焦黄。如果你喜欢吃锅巴,可以翻炒其他地方,碗底就不要动了。 (欣星)



鸡公山红之源



除店明青花



南湾湖生态酒 A6



白云边红五星

品牌自由 冠名

鸡公山酒业

鸡公山

中原好酒 信阳名片

服务热线:4006-376-919