

吃口味菜的地方也有西餐厅的情调 这里的浪漫复古风最适合约会了



主厨推荐

蒜头炒鳝鱼

特点:爽口怡人,芳香四溢
主厨秘诀:先将蒜头拍碎切丝,在锅中翻炒;待蒜头半熟后加入鳝鱼一起翻炒;最后加入适量红辣椒就可收汁出锅。

朋友聚餐,最苦恼的就是众口难调,你想吃川菜,他又想吃湘菜,依谁的才好?不如试试川湘餐厅吧。

在书院南路,有一家风格独特的川湘餐厅,进入餐厅,仿佛走进了一幅中世纪的油画里,浪漫复古的装饰风格让你心驰神往。它还有一个富有诗意的名字——一米炊烟。

一米炊烟以川湘菜为特色,主厨曾在成都大型酒店当过厨师,擅长川菜,又因为是土生土长的湖南人,自然对湘菜的制作也不在话下。如果你想尝试下川湘复合口味,来这里

准没错。

川菜作为四大菜系之一,凉菜最为出名。一米炊烟的红油顺风,秉承了川菜的全部精髓,看一眼就能让你垂涎欲滴。精致的摆盘、鲜亮的红油、酥脆的猪耳,仅仅是这一道凉菜,就能让你吃出这家餐厅的诚意和用心。一道凉菜都能如此讲究,何况是接来下的美食呢。

还有一道菜不能不推荐,它跟一米炊烟的名字和装修一样别致,但又非常常见。你肯定吃过蒜头和鳝鱼,但你不知道这两者还能搭配着炒。这样的创意来自餐厅主厨田师傅,他

告诉记者,蒜头和鳝鱼都是当下的时令菜,蒜头又有杀菌去腥的妙效,跟鳝鱼搭配最为合适了。与常吃的红烧鳝鱼或黄焖鳝鱼不同,加入蒜头一起翻炒的鳝鱼吃起来清爽芳香,没有丝毫油腻感,是炎炎夏日里的最佳美食之一。

精致的菜品和另类的装饰,一米炊烟川湘餐厅是朋友小聚和情侣约会的首选之地。这里的价格也十分贴心,人均35元的消费是不是显得特别可爱啊。下一个美食阵营,一米炊烟能带给你惊喜。

■记者 何梦青

红油顺风

特点:爽滑酥脆,麻辣鲜香

主厨秘诀:先将猪耳洗净蒸煮,再用模具压形,切片放好;然后把黄瓜切片放入盘中;再把猪耳堆在黄瓜片之上;最后慢慢淋上调好的红油。

经济信息

提倡四季养生之道

在人们的日常生活中,往往有这么一种倾向:“春生夏长,秋收冬藏”,故认为秋冬最宜进补,也最适合饮用保健酒。实际上,保健酒主要以养生健体为主,有保健强身的作用,四季皆宜饮用。如作为保健酒的先行者和典型代表的劲酒,就具有抗疲劳和免疫调节的保健作用,适宜四季适量饮用。

传统养生理论认为春属风,夏属暑湿,秋属燥,冬属寒。春季多风,“风为百病之长”,具有轻扬开泄、善动不居的特征,适量饮用保健酒可以抗疲劳和增强免疫力。夏属暑湿,易耗气伤津,营养损耗较大,更应坚持饮用保健酒;研究发现,在夏季饮用保健酒时,将保健酒加冰或冰镇,不仅使其冰凉爽口,而且还可以降低保健酒溶液体系的温度和分子的能量,可以促进有效功能因子在体内的吸收,从而更好地起到身体保健的效果。秋冬季节干燥,易伤阳气,更适宜饮用保健酒。由此可见,四季均适宜饮用保健酒,长年坚持适量饮用,可从根本上调节人体内环境,使人体顺应四时之变化,恢复动态平衡。

除“常饮质量好、度数低的酒”之外,“饮法得当”也是古人饮酒养生的重要经验之一。这就像“劲酒虽好,可不要贪杯”这句广告语所说的那样,“适量饮酒、健康饮酒、文明饮酒”应该是新时代的饮酒新理念。

劲酒加冰 爽口顺心

中国劲酒 保健酒

劲牌有限公司

将冰块投入劲酒,劲酒的醇香融合冰的清爽,带来健康冰饮乐趣,让酒香更淡雅,让口感更清爽,让这个夏天更回味无穷!

劲牌有限公司
1952年

· 益后中国劲酒新浪微博, 体验更多健康冰饮乐趣。