美食休闲周刊 Cate

◎南京最权威的美食地图

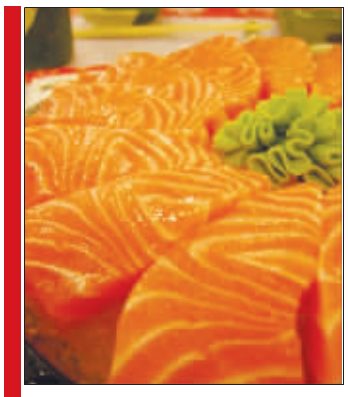
朱笔写师魂 玉壶存冰心

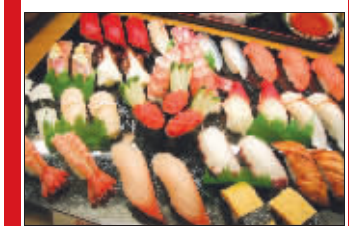
美食助你报师恩

后天是中国第25个教师节,日前南京市教育系统举办了主题为“祖国万岁,老师您好”的大型文艺演出,南京各高等和中专院校的学生也纷纷自发举行各种庆祝活动,表达对恩师的感谢之情。

尊师重教是中国自古以来的优良传统,即使是稚嫩的小学生,也会在教师节那天手捧自己制作的礼物,用深深的一鞠躬表达对园丁的敬意。

每个人都有或者曾经有过自己的老师,那么,在这个特殊的日子里,让我们举杯,共同为他们送上最诚挚的祝福,祝愿他们身体健康,幸福快乐,桃李满园。





百合枸杞最相宜

中国人讲究“食补”,认为食疗对身体的帮助甚至超过药品,因其基本没有副作用,食材兼药材的食物受到大多数人的欢迎。秋天已经悄悄来临,对操劳了一整年的老师们来说,哪些食物最适合秋补呢?中医认为,秋季有“四宝”,分别为百合、大枣、红薯和枸杞。

百合是老幼皆宜的营养佳品。百合有止血活血、清肺润燥、滋阴清热、理脾健胃、镇咳平喘等作用,百合还可以提高免疫力,抑制肿瘤的生长。

大枣不仅是甜美食品,还是治病良药。可补气益血健脾。中医常用大枣治疗脾胃虚弱、气血不足、失眠等症。根据药理研究,大枣有保护肝脏、降低血脂等作用。

广西西部的百岁老人之乡的长寿老人有一个共同的特点:每日食红薯。红薯含有丰富的淀粉、维生素、纤维素和镁、磷、钙等矿物元素和亚油酸等,能保持血管弹性。

枸杞的主要功效为滋补肝肾,益精明目;用于虚痨精亏、腰膝酸痛;眩晕耳鸣、内热消渴、血虚萎黄,目昏不明。现代药理及临床研究证明,枸杞子具有提高机体免疫力、抗衰老的作用。

鱼 我所欲也

秋天“宜收不宜散”,要尽可能少食葱、姜等辛味之品,可以吃一些清淡的鱼类。

吃海鲜补身体首选深海鱼,因其有预防疾病、抗氧化功效,可以降低心脏病、结肠炎、哮喘、炎症和癌症发病率,增强人体免疫力,防衰老、保青春。金塘深海鱼火锅选购的深海鱼均产自南中国海,是天然无污染绿色食品。不仅如此,每一道珍贵的深海鱼都由经过培训的服务员亲手为您涮熟,力求达到美味百分百。

融合了亚太地区现代火锅技艺精华的“食神锅奉行”,精选鲍鱼、鱼翅、辽参等八珍原料,精心煲制数小时而成,其口感香、绵、爽、鲜等,入嘴后口味极为丰富,滋补营养更显示其为汤中上品。

火锅之外,位于虎踞关1号以“做南京最好的上海菜酒店”的上海精菜馆推出珍珠目鱼滑。大厨精选的上好新鲜的珍珠目鱼,做成蚕茧状的滑,里面加入上等的鲜嫩虾肉,做成晶莹剔透的珍珠圆子。鲜嫩的虾肉镶入到新鲜的鱼片中,使人既能享受到虾肉的美味,又能同时享用到鲜鱼片的鲜嫩。

健康 亦我所欲也

秋季天气转凉,人往往会出现不同程度的口、鼻、皮肤等部位的干燥感,所以应该吃些有生津养阴滋润多汁的食品,少吃辛辣、煎炸的食品。

日前,世纪缘生态大酒店推出正宗野蔬的主题餐饮,原生原汁“玩”土味,让很多市民开业当天大快朵颐了一番。

为迎接即将到来的教师节、国庆节和中秋节几大节日,鸿霖美食山西路军人俱乐部店近日推出“满四人免一人,尊师重道月”活动,凭教师证到鸿霖各店,享受满四人本人免单。同时,鸿霖山西路店还推出“生日四免一”优惠活动。凡生日当天携带家属或朋友在店就餐的朋友,消费4人及4人以上者(含寿星本人),寿星本人当日当次免单。

苑纯洁

本版图片均为资料图片

百余种海鲜珍馐 畅享无限 · 荣获江苏省十大最受欢迎特色餐饮 · 荣获2007年南京最受消费者欢迎餐饮企业
HongLin
鸿霖(山西路店)周年庆 优惠大放送!
优惠活动时间有限 快快抓紧时间吧!本公司在法律允许的情况下,可能对活动细节有部分调整。
■山西路店 两名成人限携带一名1.2米以下的儿童就餐 儿童免单,免费续杯!
■周年庆山西路店团购券活动进行中! 军人俱乐部店团购券价格:128元 原价148元
(本月全天开放团购)团券电话:84799662 地址:长江路99号长江贸易大楼1201室(上午10:00至下午18:00)
■生日四免一 过生日在山西路军人俱乐部店 就餐满四人,寿星本人免单(可使用团购券)
各店同庆 尊师重道月
凭教师证至鸿霖各店
满四人免一人(鲜力乐除外 此活动时间仅一个月 不与其他优惠动活动同时参加)
山西路店(军人俱乐部内) 中环国际4F 电话:83303368 86638398 德基店 德基广场6F 电话:84763368 84763398 建邺路店 建邺路189号 电话:84202310 84200034 鲜力乐 新街口大洋百货负一楼

农宅大院 自助火锅城
特价 含锅底 28元/位
9月1日 隆重开业
消费满100送50(券)
120多种美味:牛肉、羊肉、鱼、虾、海鲜等荤菜,素菜,点心、水果等
无限量自选
详见店堂公告
四人以上免锅底
另有:38元/位 58元/位
电话:025-84827667 51651666 地址:后宰门佛心桥44号(原后宰门商场三楼)

鱼肉鲜嫩 汤汁香浓 份量十足 价格实惠
金良酸菜鱼
特聘川菜大厨 秉承祖传秘方 打造极品美味!
9月8日 老店新装 隆重开业
桌桌送品牌啤酒 仅限老店
老店地址:宁海路南师大加油站对面巷内30米 订餐电话:83322170
二店地址:西康路1-1号河海大学旁 订餐电话:83715447

到南京必到福亿祥酒楼
福亿祥 香港福亿祥酒楼
鱼翅28/位,澳龙298/斤,菜肴6.8折,福亿祥三重惊喜迎店庆
鱼翅28/位,澳龙298/斤,海鲜惊爆价
中餐6.8折,晚餐8折
888元/桌,中秋团圆宴特大优惠
赠送高级红酒一瓶
888元/桌
圆满如月 情承心意 港式精品月饼礼盒 128元/盒
极品月饼礼盒 158元/盒
预定热线:秦淮店 龙蟠中路与长乐路交界口武定门城墙下 52255818 新街口店 新街口福中大厦5楼 84221698
到南京必到福亿祥酒楼

美食广告订版电话:13770685666 美食广告订版电话:15850520386