

# 美食休闲

## 舌尖上的德天肥牛——不沾油的绿色海鲜火锅

国内绿色火锅巨头“德天肥牛”王府大街店开业以来,天天爆满,食客如云,商务宴请订满几个包间。老板坦言,做餐饮就是做良心,肥牛拒绝传统火锅油辣,还原食材天然美味,难怪更加注重食品安全与健康的顾客纷纷前来品尝。内行都知道,以前火锅是行业中门槛最低的,味道好不好,全靠放作料,只要重口味的麻辣加进去,定会刺激味蕾,掩盖食材的天然味道,吃完后口干舌燥,这种怪圈让传统火锅上不了台面。在德天肥牛老板看来,“大自然的馈赠就是最好的滋味,非天然的烹饪方式既不利于健康,也将落入下乘厨艺。”若不是对食物原料的100%自信,又有多少家火锅店敢于卸掉浓妆艳抹,素颜示人。

侧腹肉、上腰肉和细肉片在滋味和口感上不同,品味起来千变万化。此外,牛肉性温平味甘美,营养丰富,平均每100克肉含蛋白质多达20克左右,其中多是人体必需的氨基酸,为完全蛋白质,易吸收,相较于猪肉和羊肉,显然牛肉的营养价值最高。

“天然的就是最好的,肥牛+海鲜,最重要的是海鲜。”德天老板牛气地介绍说,所有牛肉均来自鲁西,由专车运送;海鲜亦源自东海边,直接向渔民收购,据精确计算,从海鲜出水装载到专用冰柜卡车,最终到餐桌不超过12小时。成本虽高,但德天坚持平价销售,让大家寻回久违的食物天然滋味!

尝一口德天肥牛,入口即化,滑嫩鲜美;酌一口德天特制酱料,细细品味,竟能分辨出牛肉个中滋味。难得的是天然牛肉的清香回味悠长,有层次且清晰的纷至沓来,再加上活蹦乱跳的海鲜,让人有“在舌尖上跳舞”的感受。难怪开业半个多月,最多的是回头客,美食爱好者纷纷呼朋唤友慕名而来。

德天老板介绍说,牛肉蛋白质含量高,而脂肪含量低,因此味道鲜美,后腿肉、



责编:宋昱 美编:王莺燕 组版:滕爱花

酷暑时节,炎热难耐,人们极容易口干舌燥,食欲不振。俗话说“夏日吃苦,胜似进补”。专家指出,没胃口时切勿勉强自己吃大鱼大肉,吃一些苦味的食物反而能健脾开胃、清热泻火。炎炎夏日,苦味当道,最典型是苦瓜,此外还有苦菜、莴苣、蒲公英、苦丁茶、杏仁等。

现代快报记者 宋昱 实习生 吴婷 整理

## 盛夏养生 吃苦开始



### 苦瓜

味苦性寒,爽口不腻,人吃了以后,会感到凉爽舒适。每逢夏天,人们因炎热不思饮食之际,若以苦瓜做菜佐食,可以开胃健脾、清热解暑;若以苦瓜泡成凉茶饮,也

能解暑逸神,使烦渴顿消。苦瓜是蔬菜中唯一以“苦”而独具特色的瓜果菜,其含有的苦味素可刺激胃口,增进食欲,多少年来一直作为夏令的良蔬,深受人们的喜爱。



### 苦菜

我国人民最早食用和药用的野菜之一。盛夏之日吃苦菜更是民间流传久远的食俗,“风儿吹,苦菜长,荒滩野地是粮仓”。作为食材,厨师对苦菜也都是将其一概而论,但以苦菜入馔的角色,大都不外苣荬菜、

苦苣菜,苦苣菜,苦苣菜等四五个品种。苦菜富含蛋白质、胡萝卜素、粗纤维、钙、磷、铁等多种营养物质,既是家常野蔬小菜,又是夏季食疗养生之良品。苦菜鲜嫩爽脆,本身味苦又清香回味甘甜。



### 莴苣

又叫莴笋、千金菜等。莴苣肉质洁白细腻,含有丰富的营养。莴苣性凉味苦,冷食可利五脏,通经脉,开胸膈,利气,坚筋骨,去口气,白牙齿,明眼目,通乳汁,利小便,以及消食、杀虫、解蛇毒等。莴苣叶

营养价值很高,不可随手弃之,可将其焯后加入调味佐料凉拌而食,或腌过晒干拌以香油蒸食;或略放盐,拌入面糊,以油炸食,都是很有风味的美食。

# 德天肥牛海鲜火锅

王府大街店夜宵 **6.8折** 营业至凌晨三点

大光路和王府大街特推出:

每桌每人均

送新鲜鲜鲍**1只**

吃**100**  
送**50元券!**

安格斯牛小排



滑类大拼



详情请见店堂公告



王府大街店:王府大街90号 订餐电话:85590088

天印大道店:天印大道1388号 订餐电话:52175977

佛城东路店:佛城东路66号 订餐电话:57695769

胜太路店:胜太路19号 订餐电话:52769799

大光路店:金陵尚府三楼 订餐电话:52227358