

美一秋 靓出彩

秋风来袭，虽然神清气爽，但皮肤也逐渐变得干燥起来，肌肤问题集体爆发。爱美的MM怎样才能以完美的肌肤状态驰骋整个秋天？除了每时每刻的美丽好习惯不能少缺，今秋流行的高科技美容法也可以让你在秋天靓丽出彩！

现代快报记者 彭莉



美食探秘之吐槽大本营

主持人：@小半半

个人简介：从小，只有街头巷尾滴柴禾馄饨、酥烧饼、菜包子、大烧卖能吸引我滴眼球，爸爸经常教训我，“裁缝掉了剪刀——就剩尺(吃)了”！我不是用生命在吃，也是用身材在吃啊！做一个平凡的吃货，跟大家分享下美食，就是我最幸福的事啦！



用“吐槽”来“点赞”

亲们，吐槽并不局限于难吃的东西，如果你觉得东西好，也可以让我“小喇叭”广播给其他的吃货哦！

请以下网友9.18-9.19于置地广场1813领取奖品。

小熊爱维尼

赞+吉祥馄饨：前段时间男朋友参加悦生活的活动还得到了吉祥馄饨的试吃，带我一起去的。好大的虾仁，新鲜的肉，特别棒的食材，美味的汤。分量超足，服务也好，赞一个！

宝儿贝

赞+Right here 泰式芒果饭：新鲜的芒果切成格子型，将泰国香米在木桶中蒸熟，香气四溢。还有他们家的榴莲班戟和芒果班戟也超大只的，吃得好几天都忘不了呢。

参与互动方式：

扫码@现代快报悦生活 官方微博微信编辑#吐槽大本营#你要吐槽的神店家+吐槽的原因，当然也可以给主持人@小半半 私信留言，被刊登的“吐槽小伙伴”可以获得美食提货券哦！！每周二在现代快报悦生活版面公布幸运粉丝和领奖日期。

主持人：@老夏逛菜场

个人简介：资深美食博主、资深“菜篮子”记者，凭借多年的采访经历，跑遍了南京大大小小菜市场和角角落落的小吃店，先后整理出版了《南京小吃》《南京面条》的美食地图，被吃货奉为“美食秘籍”。



颠覆传统：南京大厨创蒸面条

南京的面条不是大煮，就是小煮。现在好了，面条不用煮，可以直接蒸。神奇的是，蒸熟的面条又进汤碗里一个小时之内竟然不糊不烂。

发明蒸面条的南京苏香园渔馆总厨丁明仁反对和面时加筋道粉和滑石粉，甚至反对在炒菜时放鸡精、味精。但是如何在不放这些添加剂的同时，又能让面条滑爽、筋道，一直是他感到很苦恼的事情。通常，等客人盖浇吃完了、酒喝好了，面条也糊了、烂了，怎么办？

怎么办，只有蒸，用蒸的办法有可能成功。干了将近50年厨师的丁老爷子果断将面条上笼蒸。他坚信只有蒸，才能解决问题。因为蒸熟的面条内部结构收紧，富有弹性，装碗之后面条更容易吸收汤汁。

丁老爷子第二次蒸就成功了。记者看到那只大碗的直径就有38公分，上面堆满了他的拿手菜肴：鱼园子、鳊鱼、熏鱼、虾仁、扣肉等。老爷子说，这碗面光是面，就有两斤，纯鳊鱼骨头汤5斤，卖800块一碗都不算多，而目前仅售380块。

经常失眠、手臂发麻、脖子僵硬、虎背熊腰？ 身体减龄 来试试肩颈调理

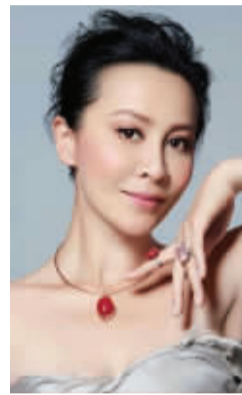
秋天到了，很多人容易失眠。然而，除了睡不好外，家住玄武区的林阿姨在早上起床后，还经常头晕耳鸣，手臂发麻，脖子僵硬，胳膊抬不起来。她到医院做全身检查，却检查不出什么大毛病，这究竟是怎么回事？

现代快报记者 周青

肩颈淤堵，引发系列问题

在朋友的介绍下，林阿姨来到了惠鑫经络。听完她的自述后，惠鑫经络的专家对她进行了进一步的检查，最终指出：林阿姨由于颈肩淤堵严重，压迫到神经，所以导致了失眠、手臂发麻、头晕耳鸣等一系列问题。此外，林阿姨背部厚、胳膊粗的状况也跟颈部的经络不通有关。

惠鑫的专家建议林阿姨试做一下店里的王牌项目——“目息与穴息”。第1次做完后，周阿姨就明显感觉到浑身轻松，原本抬起来都困难的手臂，居然能轻松举过头顶，紧张得像被绳子绷紧的脖子也轻松许多。坚持做了两个月后，林阿姨手臂发麻的症状再也没有出现过，睡眠得到了大大的改善，做家务都变利索了。她开心地说，“老公还开玩笑，说我最近看起来变瘦变年轻了，是不是他眼花了？”



肩颈通畅，问题迎刃而解

惠鑫经络从事肩颈护理24年的惠老师告诉记者，肩颈是大脑与躯干的连接处，是运行心脑血管气血的通道。颈肩淤堵后，如果不及时疏通，头晕耳鸣和手臂发麻的情况会越来越严重，背部和胳膊上的赘肉是怎么减都减不掉的。

惠鑫的“目息与穴息”项目，采用从美国进口的高科技智能仪，配合惠老师24年经验总结出的独门绝技手法，快速打通肩部的六大经络和五大穴位，肌肉酸疼、手臂麻木等症状能够当场缓解，上半身顽固的赘肉也可以自然而然地消除。

越美丽 悦生活

惠鑫经络养生调理，有效消除因颈肩问题引发的头晕耳鸣、手臂麻木、虎背熊腰等问题，580元4次，第一次就能看到明显效果，快来试试吧！

惠鑫经络

头部不适，睡眠质量差
脖子僵硬、酸痛、易落枕
囤积肉，胳膊抬不起来、手臂发麻

疯抢 580元

头部理疗 肩颈酸痛僵硬 手指发麻

首家独推“目息与穴息” 24年专业手法+美国高科技治疗仪

惠鑫承诺 签约服务

惠鑫经络让您轻松摆脱肩颈困扰

新街口国贸店 025-84709399
金鹰店 025-58607002
新街口天之都店 025-86889587