



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的菜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”。

你吃过松子烤鸭烧卖吗?

南京的烧卖跟小笼包子一样有名, 做法更是多种多样。例如三元巷的四鹤春三丁烧卖, 奇芳阁的翡翠烧卖、包顺兴的鸭油烧卖等。最近在紫峰和德基二期开业的食朝汇又推出了松子烤鸭烧卖, 很有特色。我尝过之后的感觉是, 比鸭油烧卖好吃, 写出来馋馋大家。这道小吃要用烤鸭滴下来的鸭油放进糯米里蒸, 然后烤鸭切丁, 加生姜、葱、酱油、盐、糖下油锅炒, 炒好了连鸭丁带卤浇在蒸好的鸭油糯米上。最后擀皮

包馅, 上笼蒸熟即可。这道小吃的特点是, 香气十足, 油而不腻, 咸中带点甜。食朝汇的大厨说, 南京有很多种烧卖, 其中最好吃的是鸭油烧卖。食朝汇推出的松子烤鸭烧卖, 工艺上又有所创新, 其中的烤鸭都是当天现烤的, 你吃到的都是新鲜的鸭香味儿。

常有吃货在该店吃完饭, 买一笼半成品松子烤鸭烧卖, 连同夫子庙糖粥藕打包带回家。第二天将烧卖蒸一下, 和着糖粥藕一道吃, 据说是绝对美味的早餐。



主持人: @小半半
 个人简介: 一个南京老城南人, 一个吃货中的吃货。从小, 只有街头巷尾的柴禾馄饨、酥烧饼、菜包子、大烧卖能吸引我的眼球, 爸爸经常教训我, “裁缝掉了剪子——就剩尺(吃)了!” 我不但是用生命在吃, 也是用身材在吃啊!

小清新日料 集精致和美味于一身

青石街觅食, 刚开的一家日料店沐之, 人均40块钱, 闺蜜说门头像“澡堂子”。好吧, 帅哥老板看我们一直在偷拍, 说他好紧张。(能不紧张嘛? 姐姐职业病犯了, 在暗访^_^)

店面只能坐下10人左右, 精致的寿司、刺身, 还赠送类似米酒的饮品。一般不吃生食的我, 也点了一份三文鱼刺身, 美貌的酒杯垫上几片绿叶, 上面整齐摆放着厚切肥美的刺身, 配上酱汁, 入口既没有生食的感觉, 居然也没有一点冰碴儿, 甜甜糯糯的,

品质真不错, 吃起来像冰激凌一般, 确实很惊艳! 土豆泥是日料店必点, 冰镇后更添口感。要了一道名为“后青春”的寿司, 由金枪鱼和牛油果制成, 看上去很有食欲, 配上酱汁, 吃到嘴里清爽满足, 第一次品尝到牛油果没想到是在这种情况下啊。美中不足是暂时没有热食, 我们也给帅哥掌柜提了意见, 面对写字楼一定要以热食为主, 不然大家会觉得自己没吃饭。

后果就是, 吃货们又去吃了酸萝卜鱼和番茄蛋汤啊啊啊!!

晒萌宝全家福 记录幸福时光



本期, “辣妈帮”晒萌照的主题是全家福。于是, 消息在“辣妈帮”QQ群和现代快报悦生活微信公众平台公布后, 就收到了热烈的响应。一张洋溢着欢笑的全家福照片, 蕴含了萌宝爸爸妈妈对他的爱, 也是一个幸福家

庭的完美写照。由于参与晒照活动的辣妈太多, 所以本期的主题将延续几期, 让更多的全家福照片可以刊登在报纸上, 将幸福时光记录。想晒全家福的辣妈可以继续报名发照片至我们的微信公众平台参与哦!



宝贝姓名: 武一(老虎)
 性别: 男
 年龄: 4岁
 妈咪说: 带宝贝去海边玩, 一家三口在一起度假比什么都开心!



宝贝姓名: 李佳宜(米朵)
 性别: 女
 年龄: 1岁
 妈咪说: 米朵一周岁, 爸爸妈妈带你去拍照, 希望你永远无忧无虑的健康成长!

【辣妈帮】福利:

宝贝照片有机会登上《现代快报》版面秀一秀, 线上线下活动名额优先选取

报纸呈现: 现代快报每周二、四《悦生活》刊版面

微信公众号: 现代快报悦生活
 微博: @现代快报悦生活

【辣妈帮】加入方式:

1. 一定要加关注公众账号: 现代快报悦生活, 回复“辣妈帮”, 编辑想让宝贝见报的理由, 并把活动微信分享到朋友圈截图发给主页君。

2. 加入“辣妈帮”QQ群: 78033868(方便我们通知及发送宝贝大照片)

3. 在微信或者QQ私信我们宝贝的资料以及主题萌照(宝贝真实姓名、小名、性别、出生日期、出生医院、妈妈手机、妈咪QQ号、宝贝学校)

现代快报记者 昂洁



振道® 跆拳道

ZhenDao Taekwondo

10周年
礼
办年卡

全南京均有分馆 ♥ 30家直营连锁 ♥ 总机: 025-68996000

鼓楼区	鼓楼区	秦淮区	玄武区	栖霞区	六合区	浦口区	教练培训
南京大学馆 68996103	四平路馆 68996123	瑞金路馆 68996101	全民中心馆 68996102	仙林馆 68996113	六合馆 68996107	浦口馆 68996112	教研部 68996102
山西路馆 68996104	大观天地馆 68996124	夫子庙馆 68996108	珠江路馆 68996119	迈皋桥馆 68996117	大厂馆 68996127	高淳区	诚聘英才
龙江馆 68996105	建邺区	龙蟠中路馆 68996109	钟灵街馆 68996121	晓庄馆 68996116	江宁区	高淳馆 68996128	人力资源部 68216042
滨江路馆 68996106	奥体馆 68996110	新街口馆 68996114	雨花台区	溧水区	胜太东路馆 68996120	更多分馆	项目合作
五台山馆 68996115	莫愁湖馆 68996118	大行宫馆 68996126	雨花馆 68996111	溧水馆 68996125	麒麟门馆 68996122	场馆求租 68216041	市场部 68216036

* 各分馆除全民中心馆为跆拳道项目, 其他分馆均为跆拳道项目, 详情请致电咨询.....