

吃什么真健康?

新书将食物分为7类
吃什么能有什么“疗效”一目了然

这个专家说吃鱼油好,那个专家又说鱼油含铅;有人说喝咖啡防癌,有人则说绿茶更有效……真是让人无所适从。英国专门从事数据信息分析的记者戴维·麦坎德利斯分析了近4年来数千份研究结果,写出《信息之美》一书。书中列出一张交互式信息图,按照科学依据多寡把食物分成“充足、有力、有望、不确定、一些、微量、无”证据显示有益健康7类,比如“充足”证据显示每天摄入3克大麦和燕麦中的糖分有助降低胆固醇、大蒜有助降血压,而新兴“超级食物”椰子油只是“有望”帮助瘦身……吃什么、吃多少,让人一目了然。 据新华社



制图 李荣荣

吃什么最时尚?

德国流行生吃蔬菜

生吃西红柿、黄瓜还行,生的茄子、土豆能下得去嘴吗?在德国,生吃蔬菜成为一种新时尚。不少德国人希望食物少经加工,保持原汁原味,于是舍弃了热汤、意大利面、面包甚至奶酪,尽量只吃生鲜蔬菜

和水果。德国北部的不来梅还有一个生食协会,成员定期聚餐。生食风潮也蔓延到其他一些城市。一些食品店在货架上增加了不少未经加工的食材,而有些饭店更是直接端上一盘盘生蔬。 据新华社

怎么吃才不胖?

戴上电击手环,多吃一口就被电



戴上这种电击手环,你就无法“吃嘛嘛香”了

想身材苗条却管不住嘴?电击手环可以帮助你。美国一家公司研制的“巴普洛克”橡胶手环,在佩戴者想“多吃一口”时放电,进而达到帮佩戴者瘦身目的。巴普洛克”手环基于著名的巴普洛夫条件反射理论研制,发明人马

尼什·塞西说,手环可设置成手动或自动模式,监测人体的活动,“当你吃东西时放电,让大脑建立起吃东西(或某种食物)与电击的条件反射”,通过适度电击帮人养成节制饮食的好习惯。 据新华社

据新华社

抗寒保暖内衣已售千件,疯抢继续!

比网上还便宜的保暖内衣,卖火了!



关注微信 更多惊喜

中老年人需要什么样的保暖内衣?近期的快报易购订购热线 96060 此起彼伏的铃声回答了这个问题——货真价实、质量上乘、价格优惠的保暖内衣,就是老百姓最需要的保暖内衣。

为了答谢读者,现代快报打造的购物平台快报易购今天继续加推两款保暖内衣,让火爆持续!

惊喜不停 买二送一!

买两套保暖内衣,可获赠一双价值15.6元的南极人兔羊毛袜!一个电话,送货上门,验货后再付款,消费有保障!

实物体验点

如果您想亲眼看到,亲手摸到我们为您推荐保暖内衣,可到我们的验货点(体验店地址在本文下方),亲身体验内衣的亲肤、舒适、防寒。

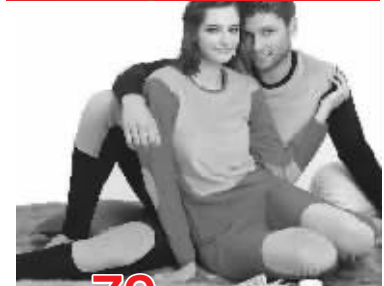
快报为您挑选到好而不贵的保暖内衣!中老年朋友们一定要抓住这次福利喔。订购热线:96060(24小时)免费送货上门。

南极人 Nanjiren 至尊一体加厚黄金绒暖甲内衣套装



福利价: **99元**(市场价158元)
女款颜色:中国红、紫罗兰、黑色
女款尺寸:M L XL XXL
男款颜色:藏青、深灰、浅灰
男款尺寸:L XL XXL XXXL

南极人 Nanjiren 席纹双层羊毛护膝黄金绒暖甲套装



福利价: **79元**(市场价139元)
女款颜色:中国红、紫罗兰、黑色
女款尺寸:M L XL XXL
男款颜色:藏青、深灰、浅灰
男款尺寸:L XL XXL XXXL

保暖内衣体验点地址

快报易购旗舰店 电话:84765569 地址:南京洪武北路55号置地广场一楼大厅
现代快报城东发行站 电话:84231837 地址:南京秦淮区中和桥5号3幢11号门面
现代快报江宁发行站 电话:52136345 地址:南京江宁东山北沿路166-4号

【劲爆】土桥新米 热卖百吨!

特别提醒:前期购米用户凭米袋可抵2元

自11月份土桥新米上市以来,新米得到了火爆销售,销售量近百吨,如此火爆的销量,呈现一种抢购热潮,让我们感受到了读者们的热情,这也是南京市民对我们大米的高度认可。热情不能减!今天,我们再次火热推出土桥新米!

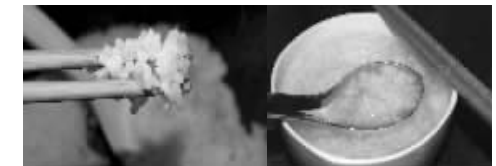


土桥新米是南京人的骄傲!种植大户杨道前说土桥水稻长得特别好,这和土桥独特的水土是分不开的,灌溉稻田的水来自秦淮河源头,水质达到饮用水级别,在稻种的选择上也是严格筛选,都是可以追溯源头的优质品种。

土桥作为优质稻米基地,更重要的因素是无公害种植,农药经检测达到无残留标准,是省农委

示范项目实施区,而因为是新米,稻谷在收割后不需要进行储存,所以更无须控制虫害,自然无二次“污染”。获得过农业部表彰的杨道前非常自豪地说:“让市民吃上放心米是我们的责任!”

秦淮河源头水灌溉的土桥新米,清香扑鼻,颗粒饱满,米饭油润香甜,稀饭稠软适中,得到众多读者的好评。有不少读者来电咨询是否还能买到土桥新米,我们的土桥新米在保证优良品质的前提下,将持续供应,如有需求请广大读者拨打96060(24小时)订购。



【为您推荐】冬季养生佳品:昆仑雪菊

昆仑雪菊原产于昆仑山北麓海拔3200米的高原之上,是地球上唯一生长在雪线上的天然耐寒的菊花,正是因其独特的生存环境,极强的地域性,造就了昆仑雪菊独特的药物价值功效。科学研究表明,昆仑雪菊具有高效降血脂、软化血管、抗氧化等功效,主要对冠心病、高血脂、高血压、糖尿病有着特殊的效果。

市场价58元/罐 活动回馈特价:

38元/1罐
68元/2罐
88元/3罐
(统一规格:30g/罐)



订购热线 **96060** (24小时) / **400-60-96060**
电话订购·免费配送·货到付款

快报易购诚征生活类产品供应商
招商热线:96060



快报易购 百度一下
宝贝 天猫 店铺
现代快报电子商务 搜索
宝贝 天猫 店铺
现代快报生活服务 搜索