

刷爆朋友圈的 5 种美食 ,你动心了吗

榴莲千层、酥皮泡芙、奶酪包、脆皮玉米、糯米蛋、果蔬馒头 隔段时间 ,微信朋友圈总会突然出现一款美食 ,让网络爆棚。为此 ,记者盘点了5款近期刷爆朋友圈的美食。吃货们准备好了 ,总有一款合你心意。

记者 应玲菲 施美园

糯米蛋 售价 5元/个

要说目前微信朋友圈里最火的美食 ,当属糯米蛋。糯米蛋有着粽子的香糯又流着橙黄的咸鸭蛋油 ,吃起来美味营养 ,越吃越想吃。

记者在朋友圈看到 ,因为美味 ,个小 ,不少微友晒照表示一口气可以吃下五六个。蛋味虽美 ,可以贪多吗 ?对此 ,市一医消化内科主任徐芳提醒 ,糯米蛋属于高盐、高热量、高胆固醇的食品 ,不可多吃。

咸鸭蛋盐分含量高 ,蛋黄所含的胆固醇也不低 ,加之糯米以及腊肠、火腿等作配料 ,一个糯米蛋的热能非常高的。徐主任表示 ,有高血压、高血脂、心血管病的市民要尽量少吃甚至是不吃 ,因为有糯米 ,患胃病的市民也要适量食用。

徐医生还提到 ,如果家有小孩喜欢吃糯米蛋 ,家长要带头少吃或者不吃 ,尽量控制孩子的食用量。糯米蛋是新鲜事物 ,市民可以偶尔尝新 ,但不建议多吃。



林峰饭店30周年店庆 宴请老顾客 老山川坛人 齐聚一堂品新菜

记者 姚岚

上月29日晚 ,林峰饭店有个包厢内热闹非凡。走进一看 ,原来是林峰饭店30周年店庆征文活动结束 ,老板林峰请了十几名老客代表共进晚餐。林峰饭店的老主顾们坐在一起拉家常 ,品尝林峰新菜 ,好不热闹。

10 多年未碰面的邻居 集聚一堂

看你很眼熟 ,你是 山川坛幼儿园旁边的弄堂 ,那时候我就住在那里。此次受邀用餐的大部分都是老山川坛人。胜利街拆迁后 ,有些人已经10多年未碰面。饭桌上 ,菜还没上几个 ,大家就迫不及待地相互打听 ,上演了一场 认亲大会。

见到久违的老邻居 ,董大雄兴奋得说话声都高了八度 ,林峰饭店当时在酒厂旁边 ,我们的老房子也在那边 ,经常串门的。

而王剑锋手里举着一杯白酒 ,一位位重新认识。有些人的脸可能认不出来 ,但他们一说当时的住址、格局 ,都能对上号。

关于我们老山川坛的事情 ,一晚上都说不完。这次我很感谢林峰饭店能够给大家这样一个重聚的机会。林峰饭店的老邻居夏秀央说。

延续经典的同时 不断更新菜式

林峰饭店搬迁到塔海村后 ,对于一些老主顾来说都是第一次光临。许久没有吃到林峰饭店的菜 ,给这帮老主顾带来别样的惊喜。

这番薯丝、蒸扇贝都是新的菜式。带着母亲一起来用餐的应一芳表示 ,感到菜式在保留原味的同时 ,又有了创新 ,味道更丰富了。应一芳的母亲说 :以后抽空带家人再来吃。

翁新民说 :现在林峰饭店里的菜比以前丰富多了 ,越来越与时俱进了。他用筷子指着一盘山药炒木耳说 :现在菜的味道也比以前清淡一些 ,更加注重健康。

林峰饭店服务态度好 ,价格实惠。以前开在九铃楼、老车站的时候我们一家人经常来吃。这一回 ,李振文带着他的孙媳妇和曾孙女一起来林峰饭店与大家欢聚一堂。

林峰饭店的老板林峰表示 ,林峰饭店30年来离不开这些老主顾的关心与支持。为回馈新老顾客 ,本月6日至8日 ,林峰饭店全场菜价享8折优惠 ,还有不定时的 小礼物放送噢 !



脆皮玉米 售价 10元/个

能盖过糯米蛋风头的美食 ,估计也只有脆皮玉米了。据了解 ,脆皮玉米是起源于台湾的一种特色小吃 ,选用新鲜玉米 ,外面包裹秘制面浆 ,撒上芝士和梅子粉 ,外焦里嫩 ,十分可口。

记者了解到 ,这种脆皮玉米的售价为10元一个 ,而普通玉米每个售价3元左右。

在步行街的一家店里 ,店员告诉记者 ,脆皮玉米制作并不复杂 ,先把玉米煮熟 ,然后均匀地涂上鸡蛋液 ,再在四周点缀上碎玉米片、面包糠等 ,放入滚烫的油锅中炸近3分钟 ,就是成品了。喜欢不同的口味 ,只要加入对应材料即可。

奶酪包 售价 8-10元/个



奶酪包最火的时候应该是在2015年11月份 ,生意好的时候一天能卖出二三百个。在步行街一家面包店里 ,店老板陈窈窕表示 ,那段时间店里常有顾客排队等候。但是 ,由于买的人实在太多 ,一些顾客即使是早上下的订单 ,当天都做不出来 ,只能等到第二天才拿到。

到底是怎么样一款面包 ,火爆成这样 ?说实话 ,如果你见到已经包装好的奶酪包 ,也一定会觉得它其貌不扬的。因为和很多包装精美的蛋糕、面包相比 ,它卖相普通 ,价格却不低。打开包装一看 ,面包最外面裹着一层奶粉 ,一口咬下去 ,奶粉滑落 ,松软、厚厚的奶酪 ,顺滑浓香的酱封在松软的面包中 ,细密、香甜、醇厚 ,这口感真心是好吃得不要不要的。

奶酪包既可以作主食 ,也可以作甜点。它可以让人随意地装在袋子或者包中 ,看似小巧 ,下肚后却能感觉到它的实在。当然 ,也可以装在精致的盘子里端上餐桌 ,也不会显得随意。真是一种 上得厅堂 ,下得厨房 的温润食物啊。陈窈窕说。



蝴蝶面 售价 15元/400克

五颜六色形似蝴蝶的面 ,你吃过吗 ?不久前朋友圈里新兴起的一款蝴蝶面也深受微友欢迎。微商 小燕 告诉记者 ,自己做的蝴蝶面是从网上学过来的 ,做起来并不难 ,工序也不复杂。必备的工具是花边轮刀 ,最好是花边密集的。做法是将菠菜、红萝卜、南瓜等蔬菜榨成汁当水进行和面 ,这样就能做出花花绿绿的蝴蝶面了。

果蔬馒头 售价 16-25元/盒 ,一盒6个卡通馒头

Hello kitty、愤怒的小鸟、小黄人、叮当猫、麦兜 这些荧幕上耳熟能详的卡通人物 ,无论在哪里 ,都会受到追捧。最近 ,一位85后妈妈stella1016-paipai把面粉版的它们 搬到了朋友圈。栩栩如生的卡通造型的馒头 ,就连神态都拿捏到位 ,很快吸引了不少年轻妈妈的关注 ,一度被称为让宝宝饭量大增的 神器 。

stella1016-paipai告诉记者 ,馒头是她好朋友的嫂子做的 ,用菠菜、南瓜、红薯、火龙果等打汁后和着面粉制作的。除了个人购买 ,还有幼儿园大批采购。

同时 ,stella1016-paipai提醒 ,现在朋友圈里也有非纯手工的馒头出现。要分辨真假纯手工果蔬馒头其实也很简单 :一看 ,纯果蔬馒头上有 线 和 深点 ,就是果蔬的疏导组织和未碎的果蔬沫 ;二品 ,纯果蔬馒头有淡淡的果蔬味 ,同时 ,紫薯、南瓜、胡萝卜等面吃起来很糯、软 ,口感好 ;三称 ,纯手工制作过程中虽然也称重 ,但个体大小有差异。

