

美食体验团

第二站

关于咖啡

记者 颜悦

上周的片烤鸭还留有余香 ,这周的咖啡豆早在瓶罐中恭候多时。一周的休整时间内 ,永康一周美食体验团的小伙伴们却丝毫没有闲着 ,大家分享着各自每天遇到的美食 ,乐此不疲 ,时不时还约着群里的伙伴们寻找着暗藏永城在角落的暖心美食。

这周我们选取了5名体验员赶往美食体验第二站 关于咖啡。

现场报道：

6日晚7点 ,夜空透彻 ,远方忽隐忽现的月亮增添了不少浪漫。体验员们早早就来到了 关于 咖啡 ,店内简约而不简单的浪漫装修吸引了他们拿起手机 ,希望能留下这片刻的安宁。

5位吃客入座 ,首先奉上的是四种不同风味的意大利面 ,咖喱鸡的香滑、传统意式肉酱的鲜甜、红烧牛腩的劲道、黑胡椒牛柳的浓烈满足了各位对意大利面的各种幻想。还有外酥里嫩的炸翅中、焦黄脆口的炸薯条成了恰到好处的点缀品。最具 关于 特色的精品咖啡 ,彰显了店家制作永城品质咖啡的执着。

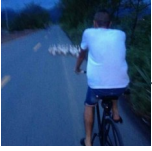


体验员点评：



应柒柒

一餐吃了4种口味的意面 ,瞬间味蕾上沾满了幸福。咖啡无敌香醇 ,制作更是独具特色 ,原汁原味。要是你爱喝咖啡 ,一定不能错过！



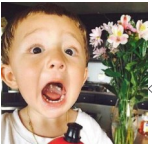
永康小方

一杯香醇的咖啡、一份秀色可餐的意面、几只酥脆爽滑的鸡翅 ,在这里的每一天都发生着动人的故事 ,静静坐下享受这份恰如其分的安宁 ,我们的生活多美好。



眉眼带笑

几款意大利面 ,最爱最传统的意式肉酱面 ,彩椒与黑胡椒的装盘搭配十分诱人 ,夹起面条送入口中 ,柔嫩多汁 ,麦香味、肉香味唤醒了每一个味蕾。慢慢轻呷一口浓醇四溢的耶加雪菲咖啡 ,甘苦中独特的果香味 ,苦中带酸、酸中带柔、柔中带甘。



王小萃

咖啡不只是一种浪漫的艺术 ,更是一门严谨的科学。我们为客人提供的咖啡豆都是经过自己精挑细选 ,咖啡制作过程严格遵循传统咖啡的制作工艺 ,手冲咖啡。从咖啡豆到制成咖啡 ,每一道工序都会影响咖啡萃取 ,决定咖啡的味道。正是这样 ,我们的咖啡做成后才会有如中国红茶般清透的汤汁。

意大利面 ,是西餐中最接近中国人饮食习惯的面点。价格定得相对亲民 ,意在让任何人都能体验到西餐并非都是高高在上的。

店主介绍：

10分钟烹饪美味意面

记者 颜悦

看到美食体验团的小伙伴们体验到了如此美味的意大利面你是不是也很心动？很多人觉得意大利面很难做 ,其实煮意大利面很简单 ,保证10分钟就做好了 ,清清爽爽的樱桃番茄意大利面 ,用橄榄油吃着没有心理负担。

只要掌握了秘诀 ,在家也可以烹饪这样的美味。以小编在厨房混的经验 ,意大利面要做得好吃 ,一下五点很重要 :第一 ,必须用橄榄油 ,橄榄油是意大利面的液体黄金 ;第二 ,煮意大利面一定要沸水再放 ;第三 ,煮意大利面的水里要放盐和橄榄油 ,保持意大利的面劲道 ;第四 ,煮意大利面的时间在8~10分钟 ;第五 ,煮好意大利面后用冷水冲 ,保持面条的爽滑和弹性。

【樱桃番茄意大利面材料】

意大利面 100克 ; 樱桃番茄 400克 ; 西兰花 100克 ;橄榄油 20ml ;盐 2克 ;酱油 5ml ;黑胡椒、彩椒少许。

【制作方法】

1. 准备材料 1把意大利面 ,樱桃番茄去蒂切半 ,西兰花切小块；
2. 煮锅放水煮至沸腾后 ,放盐和橄榄油 ,再竖着放入意大利面 ,保持沸水状态煮8分钟；
3. 在煮面的过程中 ,另拿一只炒锅烧热橄榄油 ,放入樱桃番茄翻炒；
4. 当樱桃番茄炒烂后下西兰花、彩椒翻炒；
5. 意大利面煮好后用冷水冲洗一下 ,放入煮樱桃番茄的炒锅中 ,加入黑胡椒和酱油拌匀即可。



【小编提示】

- 1、如果你是重口味 ,希望味道更香浓 ,可以爆炒洋葱粒再放樱桃番茄；
- 2、调味可以根据个人口味调整 ,比如可以放番茄酱、糖、肉末等等
- 3、樱桃番茄常被称为小番茄或者圣女果 ,具有生津止渴、健胃消食、清热解毒和增进食欲的功效。

春分来到 营养美食别错过

所谓 春分秋分 ,昼夜平分 ,今年3月20日是春分节气。春分美食养生讲求 平和 ,有什么美食是适合春分进食？以下四种营养美食可不能错过。

记者 颜悦

嫩芦蒿(健脾化痰)：

芦蒿有股浓郁的清香味 ,而且口感外脆里嫩、风味独特 ,是人们非常喜爱的蔬菜。芦蒿中富含多种氨基酸、微量营养素以及黄酮类化合物 ,是营养价值较高的保健蔬菜 ,芦蒿性凉 ,具有帮助消化的作用。

芦蒿一般要用旺火炒 ,出锅时才能保持鲜嫩挺拔 ,口感鲜脆。



熟枣茶(滋润补血)：

春分时节虽然雨水开始增多 ,但天气还是冷热不定 ,加上饮水不足 ,很多人都会出现口干舌燥、嗓子干痒等症状 ,建议大家喝点熟枣茶。

将红枣放在锅里稍微炒一下 ,待表皮裂开 ,颜色微微发黑 ,将炒好的红枣泡水即可。春天天气干燥 ,加上外出活动增多 ,症状可能会加重 ,喝点熟枣茶可以很好地缓解症状。泡茶的红枣最好选用个大的 ,可掰开后再炒。



茯苓饼(养胃温肾)：

茯苓具有健脾养胃、宁心安神和祛湿利水的功效 ,因为没有异味 ,容易被大家接受 ,因此也可以当做食物食用 ,老北京的茯苓夹饼就是代表。

可以在超市中购买茯苓粉 ,回家后和面粉、牛奶和在一起做成茯苓饼和馒头吃 ,既可以当做主食 ,又是简单的药膳 ;还可以将茯苓和粳米熬粥喝 ,健脾温肾。



灰灰菜(清热利湿)：

春分前后人体血液处于旺盛时期 ,激素水平也处于相对高峰期 ,易出现高血压、出鼻血及过敏性疾病 ,因此要注重饮食上的调养。灰灰菜是一种野菜 ,其性味苦凉 ,有清热利湿、解毒的功效 ,感冒发烧时食用一些 ,有一定的缓解作用。另外 ,油腻东西吃多了 ,感到不适 ,吃些灰灰菜有解油腻的作用 ,体寒及胃肠不适者不宜多吃。

凉拌灰灰菜味道爽口鲜嫩 ,入锅焯水后 ,浸泡半小时 ,将水分挤干 ,切碎与蒜泥、酱油、醋、蚝油搅拌即可。因为灰灰菜多为野生 ,所以焯水过后一定要浸泡足够长时间。