

每周一菜

口水鸡



制作主料

三黄鸡一只

制作辅料

白芝麻、大葱、老姜、蒜、香菜、熟花生

制作调料

辣椒油、香油、生抽、白砂糖、芝麻酱、料酒、醋

做法

- 1.三黄鸡去除内脏、杂毛和趾甲,用流动水冲洗干净。放入煮锅中,加入能够浸没三黄鸡的冷水大火烧开,出尽血沫后捞出三黄鸡再次用冷水冲洗干净。老姜一半切碎,一半拍破。
- 2.另取一锅清水,放入葱段和拍破的姜块大火煮开
- 3.放入三黄鸡继续用大火加热,水沸后捞出鸡再次冲凉,随后再次放入滚汤中大火加热至沸腾,然后调成小火加盖焖煮8分钟,熄火后再闷10分钟。
- 4.熄火后准备好一盆冰水,三黄鸡闷够10分钟后捞出,马上浸入冰水浸泡20分钟。
- 5.取一只干净的炒锅,放入白芝麻用小火加热,同时不停翻炒白芝麻,直至散发香味并颜色微焦,盛出备用。用同样方法处理花生仁,然后切碎备用。
- 6.蒜切末。所有调味料混合成调味汁,加入姜末、蒜末。
- 7.三黄鸡从冰水中取出,晾干后斩成2cm宽的大条,装盘后淋入调味汁,撒上白芝麻和花生碎,最后装饰香菜叶即可。



自从“吃货团”招兵买马以来,市民纷纷报名加入。在我们的QQ群里,大家一起分享滨州的美食,同时也有商家的倾力加盟。目前以不同形式加入吃货团的成员已超过600人,当然我们的队伍还需要您的加盟。

无论您是制作美食的行家,还是品尝美食的食家,亦或是出售美食的商家都可以加入我们的队伍。在这里您可以搜到各大酒店的招牌菜系,也可以寻到回味无穷的民间小吃。我们致力于为您打造滨州最全新的美食平台,大家可以在这里分享美食、分享生活、分享快乐。“吃货团”期待您的加入。

吃货团QQ群:324754190  
团长电话:13589746230,1762165931



中国有十三亿人口,而且自古就有着圈养宠物的传统,据保守估计,我国目前至少有1亿只宠物,宠物经济的市场潜力至少可达150亿元人民币。

随着人民生活水平的日益提高,在滨州,宠物也逐渐成为人们越来越密切的伴侣。无论是狗、猫、鸟,还是鱼或龟,这些往日看家护院、供人娱乐的小动物,开始成为家庭中的重要成员。在竞争日益激烈的社会环境中,宠物的可爱活泼为正处于紧张的现代生活中的人类派遣孤独、增加情趣、缓解压力。经过专门训练的宠物,不仅可以充当家庭伴侣型的宠物,还可以开发各种各样的工作潜力。

宠家有“家”给滨州爱宠一族提供一个交流的平台。在这里,您可以分享爱宠的趣事、养宠的心得;可以晒晒爱宠的靓照;也可以向专家询问爱宠的病症。宠家有“家”专栏设有以下几个栏目:宠物秀、宠物急诊室、选宠指南、宠物征婚等。

爱宠人士,您还在等什么,快快加入我们的队伍吧。

宠家有“家”QQ群185827258



本报联合花农低价销售回报新老读者

“救命仙草”铁皮石斛、特惠价蝴蝶兰

1月18日(本周六)进滨南社区 直销

蝴蝶兰属是著名的切花种类,全属50多种。单茎性附生兰,茎短,叶大,花茎一至数枚,拱形,花大,因花形似蝶得名。其花姿优美,颜色华丽,为热带兰中的珍品,有“兰中皇后”之美誉。本次销售的蝴蝶兰品种有四季青、满堂红、火鸟,每株都在十朵花以上。

铁皮石斛(Dendrobii Officinalis Caulis)为兰科石斛属多年生草本植物,是传统中医中药中滋阴补虚、补五脏的极品,民间俗称“救命仙草”。由石斛多糖、多种人体必需的氨基酸等活性成分以及对人体有益的微量元素等几十种有效成分组成的“天然复方”,被称为药材界的“软黄金”。唐代开元年间的《道藏》把铁皮石斛、天山雪莲、三两重人参、百二十年首乌、花甲之茯苓、苁蓉、深山灵芝、海底珍珠、冬虫夏草并称为中华九大仙草,铁皮石斛位列九大仙草之首,是九大仙草中唯一纯滋阴的产品,历代皇宫贵族养生保健首选的“滋阴圣品”。

蝴蝶兰

十株价格 200元

八株价格 175元

二十一株价格 385元

蝴蝶兰诚招邹平代理商

咨询电话:0543-3210010

地址:滨南社区东门(广场)