



九阳健康饮食馆

九阳客服电话: 4006186999

年末的狂欢即刻上演。各种聚餐、Party 扑面而来,以节日之名的家宴也在如火如荼的进行着,请朋友来家里做客热闹闹的庆祝一番令人期待,但却不想繁琐麻烦。把时间都放在厨房里烹饪而失掉了与朋友狂欢的机会,那可不是我们想要的轰趴状态。拿出秘密武器加上名厨的亲自操刀,只需简单操作,一切尽在掌握之中。听着曼妙的乐曲、举杯畅饮、幽幽谈着心事,不需片刻一桌子美食就在九阳家族的料理下完美呈现,那是大厨与现代化电器的一次激情碰撞,在朋友们咂舌的一瞬间,把浸满豆浆香的海鲜塞进他们的嘴巴里,然后在大家羡慕而惊喜的目光下快乐地享受节日的喜庆,慢慢地让一桌子美食征服所有人的味蕾,一起度过岁末最难忘的时光月吧。

九阳健康饮食谱



厨房里的秘密武器

Joyoung 九阳



营养王多功能,冬季养生粥推荐:

蜜汁花生红枣粥

材料:

红枣50克、花生50克、红豆50克、蜂蜜100克

秘密武器:

九阳营养王豆浆机

做法:

将红枣、红豆和花生用温水浸泡后放入九阳营养王杯身中,加水至杯身刻度线,启动“五谷粥”键完成操作,可按个人口味倒入蜂蜜。

营养小锦囊:

花生:含丰富蛋白质和脂肪及多种维生素、钙、磷、铁等矿物质,降低胆固醇,润泽肌肤。

红枣:活血调经、养心安神,可以改善失眠、黑眼圈,能去斑、红润美肤。

TIPS:

九阳营养王除了可以制作饮品、米糊、果汁等还可以制作各种汤底,全功能超强大,蜜汁花生粥就让你看到了它做粥的本领。九阳营养王豆浆机采用智能温控技术,所有食材在86度的时候研磨,营养释放最充分,文火熬煮,豆浆煮得透,植物蛋白充分释放,香味得到提升和散发;而且使食材与水充分融合,超微精磨器+智能温控+文火熬煮,能使豆浆更营养,更香浓。用九阳营养王做出来的豆浆是一级特浓好豆浆。

智能调压,展现大厨风采:

当归红枣炖羊肉

主料:

瘦羊肉250克、当归20克、红枣6颗

秘密武器:

九阳智能电压力煲

做法:

1、锅烧热(锅内不放油),羊肉切片倒入锅中翻炒至变色,盛起后放入滚水里4-5分钟后捞出。

2、九阳智能电压力煲加清水,下全部材料,加盖按下“豆、蹄筋”键,出锅前加盐调味即可。

Tips:

用九阳智能电压力煲炖制这道菜时,选择“豆、蹄筋”程序炖制,炖出的羊肉酥烂可口,特别适合老人和孩子吃。羊肉先炒再炖,能将其香气逼出来。此汤补中益气,温胃散寒。红枣是滋补美容食品,能补中益气,养血生津,健脾养胃。

标志性美食
一起饕餮圣诞

◎法国树干蛋糕

树干似的蛋糕Buchenkuchen是著名的法国



以蜂蜜、胡椒粒为材料,又甜又辣,口感刺激。现在的姜饼都经过改良,外面洒上一层糖霜,不但口感丰富,外型也相当讨好。

◎意大利鱼肉色拉



在意大利,许多人有着圣诞节吃素食的传统习惯。不吃肉,鳕鱼倒能在餐桌

上大行其道。吃虾,乌贼贝壳类肉做成的鱼肉色拉,还有胡瓜鱼,鳗鱼坚果制成的酱。

◎欧陆圣诞大餐

欧陆人也习惯在圣诞节期间吃姜饼。芬兰人会一边享用姜饼,一边喝glogg酒,它是一种掺入杏仁与葡萄干的酒,味道既辣且香。荷兰人甚至会把圣诞礼物藏在布丁或羊肠里呢!至于波兰人则分为两派,一派喜在圣诞前夕吃大餐,另一派却整日斋戒祈祷!

◎澳大利亚海鲜烧烤

澳大利亚的热带水果、海鲜、奶酪和葡萄



酒,会让圣诞节变得异常丰富。悉尼邦达海滩上的圣诞烧烤派对是绝对的惬意和享受。现场烧烤各种鲜活海产,涂上橄榄油、辣椒酱、咖喱等,大大满足你食欲大开的胃口。

◎美国玉米粥

相传,传统圣诞大餐火鸡源于美洲,而在感恩节和圣诞节这两个大日子,火鸡更是不可缺少的传统食品。

在美国,圣诞晚餐中还有一样特别的食品——烤熟的玉米粥,上面有一层奶油,并放一些果料,香甜可口,别有滋味。



国宾葡萄酒庄蓄势待发

近期,巴萨尼夫妇将自己首次大陆行的首站选定在蓬莱国宾葡萄酒庄。

国宾酒庄是第一座中式唐风葡萄酒庄,一期投资1.8亿元,项目占地面积近50亩,建筑面积20000余平方米,建有4000平方米的U形橡木桶陈酿地下酒窖和瓶储酒窖,目前拥有2000余亩优质葡萄园,后期规划面积15平方公里。

国宾酒庄二期工程建设性规划面积15平方公里,预计投资额近百亿元。

雨荷人家大酒店

招牌菜:带皮肉焖大鱼、雨荷香骨鸭、

皇朝汗蒸鸡、齐鲁第一肘

免费订餐电话:400-616-2009

地址:少年路23号(大明湖西邻)

圣诞节降至,最令人期待的就是能在圣诞夜美美地吃上一顿圣诞大餐。圣诞节的全球化让世界各地美食充满了圣诞气息,在地球不同角落,圣诞食品琳琅满目。下面呈上八大全球各地标志性美食,让我们与世界一起饕餮圣诞!

◎英国圣诞火鸡



英国圣诞大餐极其丰富,包括烧猪、火鸡、圣诞布丁、干果馅饼等。一般英国家庭都爱烹调火鸡,将大量蔬果如甘笋、西芹、洋葱、栗子等,塞进十来磅的火鸡肚子里,再在表层抹上多种香料,然后才放入焗炉烤。传统的圣诞布丁非常甜,烹调时,全家人都会参与,象征团聚、和谐,并会在搅拌面团时许愿,据说需以顺时针方向搅,转错方向便不吉利。最后藏入一枚硬币,谁吃到便获得一年好运!

◎丹麦杏仁布丁

在丹麦,当圣诞晚餐开始时,人们必须先吃一份杏仁布丁,然后才能吃别的东西。如果谁能吃到那枚唯一完整的杏仁,谁将是来年运气最好的一个人,通常大人们会将这枚杏仁放在最小孩子的碗里让他们高兴。



◎德国麦饼

德国人也相当重视圣诞,人们会在圣诞当晚赶回家用膳。德国最著名的圣诞食品是姜饼Lebkuchen,这是一种介乎于蛋糕与饼干之间的小点心。传统的姜饼,

