

“生产队”是上世纪60年代的一个流行词,这个词在现如今年轻人的脑海中早已没有任何感觉。生产队的那段日子在六十岁以上的那代人心中却真真切切地占有着重要位置,挥之不去。

同志们,开饭了 老公社乡土菜的回忆

本刊记者 姜事成

发现地:莱山区孔家滩村北学院路 推荐店:老公社乡土菜

虽然没有赶上父母那代人常常提起的生产队的日子,但从他们口中我了解到,那时候的日子虽然艰苦,但大家都很快活。每每提到那些日子,父辈们都会露出追忆的神情。老公社乡土菜馆的成立,给了父辈们一个忆苦思甜的场所,也给了我们一个感受往昔岁月的地方。

定位

在现代越来越多的酒店追求高档奢华,老公社乡土菜却反其道而行之。酒店定位于上世纪五六十年代开展人民公社化运动时期的“农家风格”主题酒店。走进这里,会让经历过那个年代的您重温童年记忆中老家的温馨感觉,让年轻的一代也能了解那个时期的生活环境。



环境

从外面看,整个菜馆像是一个茅草屋,四周的篱笆种着青菜,门口还挂着一个牌子上面写着:同志们,开饭了!让人一看就回忆起那个时期的场景。菜馆内部设施陈列完全复制了那个时代的装饰风格,墙上挂着的都是从全国各地收集来的老照片、老物件,为了收集这些几乎消失了的东西,店家可是花费了不少的心思,完全是为了让菜馆更能勾起人们的回忆。房间的标号都是以第几生产队来编排的,每个房间内部的陈设都不一样,但是都是记忆中老家的摆设。



特色

说起菜,一进门就可以看见一个大灶台,公社时期用的大海碗,四口大锅,每到吃饭时,客人先点4道大锅菜,一般是炖好的鸡、鹅、排骨等,如果不够还可以从厨房点一些其他的菜肴。主食则是以杠子头、片片、花卷、菜包子以及咸鱼、虾酱等为主,制作主食的面粉以及做莱用的油都是自家生产的纯绿色原料。老公社乡土菜馆自开业以来,许多人慕名而来,每天吃饭的时候人流不息。这从侧面也看出,这种风格的菜馆迎合了很多人的心理,不一味的追求奢华,忆苦思甜更令人向往。



降温消暑美味推荐

随着季节的变化,家里的菜谱也应随之改变,现在夏日炎炎,菜谱上应更多地加上一些降温消暑的菜肴,让家人真正舒畅、凉爽起来,下面就给大家介绍几种夏季清凉菜谱。

番茄炒苦瓜



原料:苦瓜半条,番茄1个,植物油,白糖,盐,味精。
做法:
1、苦瓜去瓤切片,西红柿切片待用,切一些蒜片。
2、炒锅放油烧热,下蒜片炆锅,蒜片焦黄后下苦瓜片翻炒片刻,加适量盐。
3、下西红柿片快速翻炒,趁西红柿片还没炒烂,放些鸡精起锅装盘即可。
作用:
此菜极富营养,味道鲜酸略苦,清口去火。

绿豆粥



原料:绿豆,粳米适量,冰糖少许。
做法:
将粳米、绿豆分别淘洗干净,同下锅加水煮粥,粥熟后加冰糖适量调服。也可单独用绿豆煎水服,以绿豆煮烂为度。
作用:
绿豆味甘性寒,具有清热解毒、止渴消暑、利尿润肤的功效。粳米与绿豆共煮,祛暑消烦、生津止渴及解毒效果更好。

蟹柳蒸金针菇



原料:金针菇,蟹肉棒,盐,味精,香油,米醋,香葱。
做法:
1、将蟹肉棒撕去包装,金针菇切去根部后洗净,将香葱切圈。
2、金针菇放入加盐的开水里余烫一下,然后摆在盘子里,上面放蟹肉棒。
3、蒸锅内放水,大火烧开,盘子入蒸锅,中火蒸五分钟。
4、蟹肉棒撕成丝,金针菇每棵与每棵之间也要撕开,加盐、味精、香油、米醋、香葱拌均即可。

荷叶粥



原料:鲜荷叶1张,粳米,白糖适量。
做法:
取新鲜荷叶一片,洗净切碎,放入纱布袋中水煎,取浓汁150毫升,加入粳米100克,冰糖适量,加水500毫升,煮成稀粥,每天早、晚食一次。
作用:
荷叶气香微涩,有清热解暑、消烦止渴、降低血压和减肥等功效,与粳米、冰糖煮粥香甜爽口,是极好的清热解暑良药。

烟台苹果美食烹饪大赛 7月12日举办

烟台苹果是驰名中外的山东名产之一,素以风味香甜、酥脆多汁而著称于世,为国内外市场最受欢迎的水果佳品之一。到目前,烟台市苹果栽培面积已达249万亩,年总产量435万吨,约占全国苹果总产量的16%,是全国最大的红富士苹果生产加工出口基地,烟台苹果不仅成为农民增收的支柱产业,也成为烟台对外开放的一张“城市名片”。为助推烟台区域经济发展,鼎力打造烟台苹果品牌,山东鲁菜发展研究中心、山东省烹饪协会烟台名厨专业委员会、烟台苹果协会、烟台餐饮网等于7月12日联合举办烟台苹果美食烹饪大赛。

据悉,本次活大赛主题为“烟台苹果,我的最爱”。大赛分热菜、凉菜、面点三项,要求以苹果为主辅料,特殊调料自备,体现创新和特色,主张实用与时尚。大赛将于7月12日上午8:00-11:30下午1:30-3:30在烟台天海源婚庆酒店举行,期待您的参与。活动详情请登录烟台餐饮网(www.ytmeishi.com)。

夏季吃点啥可以消除疲劳

夏季闷热,容易让人感到疲劳困乏。不少人在上班的时候,会发现不知不觉容易比别人感到疲劳。那么如何防止疲劳侵袭呢?我们可以来看看吃什么可以消除疲劳。

维生素及富含维生素的食物:维生素B₁、B₂、B₆及维生素C等是人

体不可少的物质,它们能尽快地解除体内积存的代谢产物,使人体重新充满活力。维生素E也能抗衰老,消除疲劳。此外,豆类、胡萝卜、猪羊肝脏及杂粮等均含有多种维生素。

茶:茶中含有丰富的生物碱及咖啡因,并含有维生素C和其他营

养成分,饮茶可增强呼吸机能,能提神、促进肾上腺素分泌,有助于解除疲劳。

高蛋白食品:豆腐、牛奶、羊奶、蛋类、牛肉、羊肉、家禽肉、鱼类等富含高蛋白食品,能及时补充人体所消耗的热量,从而较快地消除人体疲劳。

碱性食物:碱性食物具有平衡人体内酸性偏高状态的功能,从而达到恢复体力的效果。

香蕉、黄瓜、茄子等水果蔬菜,营养丰富,偏碱性,有利于消除疲劳。

中药:中药中的人参、三七、灵芝、五味子、刺五加、银耳、麦冬、阿胶等,具有固本扶阳,补

气生精,活血祛瘀等功效。能改善人体神经系统的机制,增加人体活动,消除疲劳。

夏季疲乏,通过饮食可以达到消除疲劳的作用,尤其是上班族,平时没有多少时间健身来去除疲劳,不妨通过上面的介绍,在饮食方面下功夫。