

美食专刊

美食大赛参赛选手都是重量级

荷塘渔村大厨推出家常炖鲤鱼

本报5月15日讯(记者 韩志伟) 为参加首届滨州百姓最喜欢家常菜大赛,荷塘渔村主厨张俊林在酒店原有特色菜的基础上经过改变,特别推出了原料易取、做法简单、口味独特的家常炖鲤鱼。“这届大赛主要推的是家常菜,我就改变了一下做法,平时在家里就都可以尝试着来做。”张俊林说。

张俊林首先简单向记者介绍了酒店原有的两道特色菜——渔村烧大鱼和酸汤鱼头王,“这两道菜都是我们酒店的特色菜,在配料和做法上都有

我们的独到之处,包括自制的黄豆酱和其它一些调料,至于家常的做法,我换了几道市面上常见的辅菜,这样大家平时就都可以学着做了。”

张俊林特别推荐的就是渔村烧大鱼,经过改变之后实际就变成粉条炖鲤鱼,这道菜容易上手,并更具独特风味。首先选取4.5斤以上的鲤鱼,以黄河大鲤鱼为最佳,粉条若干,配上五花肉、黄豆酱、酱油、葱、姜、蒜等辅料。“首先将八角、葱、五花肉、姜放在一起煸炒,五花肉可以去鱼的腥味,煸炒之后放

入黄豆酱,转小火,注意不要把酱炒糊了,加水之前放点醋和其它调味品,还可以放点糖,这就属于调味的步骤了。”加水烧开后,就可以将喷面炸过的鱼放入锅中,中火炖20分钟,出锅前5分钟放入粉条。“粉条不能放早了,要不然不出那个味道,也容易把粉条炖得太烂,那就不好了。”张俊林介绍。这道菜出锅时要注意自然收汁,出锅后可以浇点原汁,喜欢吃辣的可以浇点辣椒油。“这道菜做出来酱香浓郁,根据放入调料的不同口味或甜或辣,丰富多

变。”

本届大赛以鲁菜风味为主,参赛菜点要突出家乡特点和家常味道,具有一定的文化底蕴和独特的地方传统风味特色,能向大众普及推广。食材选用绿色、环保、健康,以老百姓餐桌上常见的食材为主,禁止海参、鲍鱼、鱼翅、燕窝等高档原料。菜点加工工艺相对简单,便于掌握,方便居家烹调学习,参赛菜点可以是热菜、凉菜和面点。

报名方式
1、登录齐鲁晚报·今日滨

州官方网站填写并下载报名材料。<http://binzhou.qjwb.com.cn/>
2、登录大众网滨州频道,填写并下载报名材料。
<http://binzhou.dzwww.com/>
3、报名电话:0543-3210007 18266556162
4、填写好的报名材料发送至邮箱:
hzw409849748@126.com

大赛最终解释权属首届滨州百姓最喜欢家常菜评选活动暨“美食山东——家常菜”大赛滨州赛区组委会所有。

“5.17网购节”联通月费降到8元

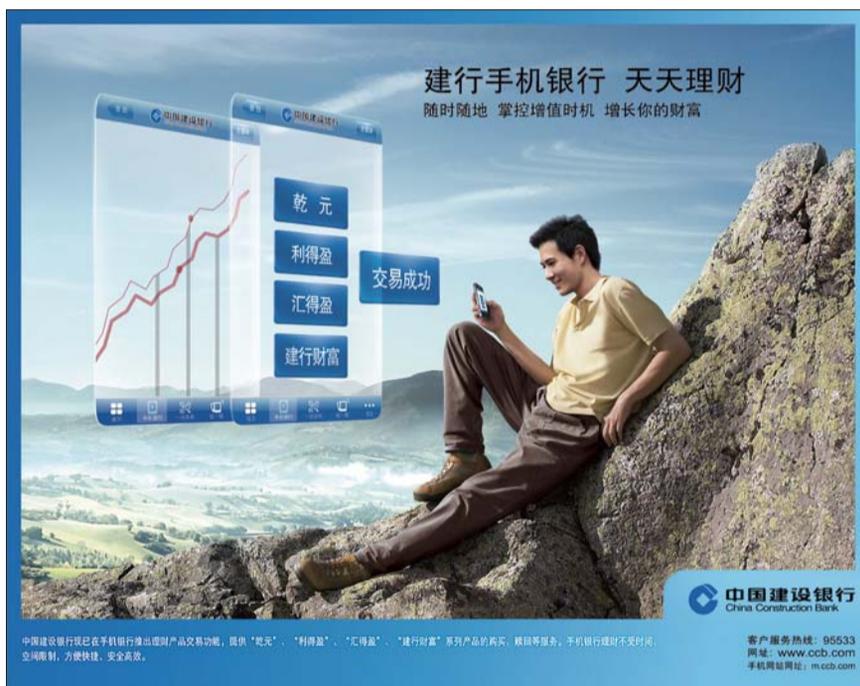
本报5月15日讯(记者 韩志伟) 5月15日,中国联通正式对外推出3G/4G网上自由组合套餐,并在世界电信日这一天推出“第三届5.17网购节”,套餐费用8折优惠,降到8元。同时推出了1G流量半年包1折限时抢购、明星手机合约5折限量秒杀等活动。

本届5.17网购节的最大亮点是以私人定制概念首发的网上专属自由组合套餐。它是联通以用户需求为主导进行的创新套餐订购模式,由流量包、语音包、短彩包、增值包自由组合而成。它彰显了互联网时代的三个重要特点:第一个特点是“自主”,用户可自由选择,随意组合资费元素,定制属于自己的、满足个性化需求的套餐;第二个特点是“方便”,网上营业厅和手机营业厅客户端专售,用户可随时随地在网上定制、变更套餐,并且配送到家。第三个特点是“实惠”,在网购节期间,办理自由组合套餐的用户,可享受流量包、语音包8折优惠,每月最低消费仅8元起。

此外,联通对用户通过移动互联网渠道订购业务给予了大幅度的优惠,5.15-5.16两天预售期内,凡是在中国联通网上营业厅订购1G流量半年包的用户,可享受2折优惠,而在手机营业厅客户端订购1G流量半年包的用户,则可享受1折优惠,订购原价100元的1GB流量半年包仅需10元。

本届网购节以中国联通网上营业厅(www.10010.com)及手机营业厅客户端(APP)为平台,届时将以“主会场+五大分会场”的方式开展全场大型活动,从5月15日持续至5月23日。同时滨州联通提醒广大消费者,一定要提前下载登陆中国联通手机营业厅客户端(APP),自由组合套餐目前并不针对线下实体渠道发售,对于已签约的合约用户也不能叠加。

数据显示,2013年中国联通各类电子营业厅营业额累计超过552亿元,电子渠道服务量占全渠道服务量的比例已经超过51%,已逐步成为联通销售服务的主渠道。



建行手机银行 天天理财
随时随地 掌控增值时机 增长你的财富

乾元
利得盈
汇得盈
建行财富

交易成功

中国建设银行
China Construction Bank

客户服务热线: 95533
网址: www.ccb.com
手机网银网址: m.ccb.com



预售许可证号: 滨建开预字第201404005号

滨州世界贸易中心
WORLD TRADE CENTER®
BIN ZHOU

还有1天
耀世开盘

美信·海公馆3#楼 100-221㎡完美户型5月17日、18日盛大开盘
3666元/㎡起,首付12万起坐享中海繁华
开盘钜惠,仅限当天 最后一栋,错过不再拥有

所有认筹优惠截止开盘当日,认筹客户请遵照通知,根据VIP金卡顺序至营销中心定房

贵宾专线 0543 3123666 3123777

营销中心: 黄河八路与渤海十八路交汇处西南角
开发商: 美信置业(滨州)有限公司
投资者: 夏威夷潮州商会&香港美信控股 规划设计: 新加坡U国际 全程代理: 青岛福元九合

本资料内容仅供参考,所有数据以政府批准文件为准,开发商保留法律范围内的最终解释权