

重阳佳节将至 福利暖心来袭

齐鲁晚报邀您请父母品大闸蟹

本报记者 杨万卿

今年10月21日是重阳佳节,相信很多孝顺子女都已安排好陪父母届时登山赏菊,轻松地过个传统假期。但本报推出的阳澄湖大闸蟹销售活动不放假哦。孝顺的你,如果想和父母一起品尝大闸蟹,就赶紧下单吧。为此齐鲁晚报推出“征集重阳祝福语,赢大闸蟹代金券”活动,让您好好说说想和母亲朋友说的话!

秋意渐浓,大闸蟹的最佳食用季节却才刚刚开始,还有一整个金黄色的秋天等待着爱蟹人敞开肚皮去品尝天然的美味。我国自古以来就有“九雌十雄”的说法,即农历九月的雌蟹和农历十月的雄蟹最好吃。现在已是农历9月份,相比中秋时期,此时的

雌蟹一只只膏肥肉满,口感大大提升。也许诸位已然在酒桌上品尝过各式各样的大闸蟹,可能在重阳时节,亲自下厨为父母烹饪几只肥美闸蟹,难道不是更加暖心的事?您是否想过,能为操劳半生的父母双亲,细心剪开蟹腿,舀出膏肉,送至老人嘴边,就像小时候父母对自己那样?

农历九月九,试想登高赏菊归来,愉快之余不免有些疲劳,于是边喝酒边吃蟹,解解乏,松快松快,给这天画个圆满的句号。持螯赏菊过重阳,传统的重阳佳节庆祝方式或许发生变动,比如不插茱萸,不备绛囊,可是吃大闸蟹饮酒赏菊却能让这个传统佳节变得更生动、更情趣、更口福、更光彩了。



大闸蟹不能和这些一起吃

本报记者 杨万卿 综合整理

“秋风起,蟹黄肥。”几场雨过后,秋天就这么悄无声息地降临了,这是大闸蟹最肥美的季节。每到中秋,除了吃月饼赏月之外,吃大闸蟹也是中秋必不可少的。这时的大闸蟹只体大膘肥,金爪黄肉,肉质鲜嫩,鲜美无比,让人爱不释手。

大闸蟹是高蛋白食物,含有丰富的维生素和微量元素,有滋阴补阳的作用。但是由于大闸蟹性寒,有很多不能与之搭配的食物,要是同时食用了这些食物的话,容易引发身体不适。下面就来看看,有哪些不能一同食用的食物吧。

吃完大闸蟹

不能喝茶

很多人喜欢吃完大闸蟹后喝一杯茶水帮助消化,事实上这是非常错误的做法。因为在吃大闸蟹的时候喝茶会冲淡胃液,不仅不能助消化,还会妨碍消化,降低胃液的杀菌作用。另外茶水中含有大量的鞣酸,而大闸蟹是高蛋白食物,鞣酸和蛋白质一起会凝固成不易消化的鞣酸蛋白,使人出现腹痛、呕吐、腹泻等症状。

大闸蟹不能与
寒凉食物食用

秋天也是吃柿子的季节,但是作为同一季节的食物,柿子和大闸蟹是不能同时进食的。因为柿子和茶一样含有鞣酸,和大闸蟹同时食用会出现食物中毒现象。还有一点,大闸蟹是属于寒凉食物,而柿子也是属于寒凉食物。同时食用的话,由于太过寒凉,会伤脾胃导致腹泻,体质虚寒的人尤其要注意。

另外同属寒凉食物,且不能与大闸蟹同时食用的还有梨、香瓜、冷饮等寒凉之物。

与性平、性温的
食物同食也得注意

吃大闸蟹的禁忌可真多呀,这个不能吃那个不能吃,不能吃寒凉的食物,那我吃性温或者性平的食物总可以吧?这也得注意一下,花生是属于性平的食物,但是也不宜与大闸蟹同时食用,因为花生脂肪含量很高,油腻的食物遇到寒凉的食物会导致腹泻,脾胃虚弱的人尤其要注意。而性温的泥鳅与性寒的大闸蟹功能相反,同时食用会对身体不利,所以也不宜同食。

大闸蟹如此美味,却有如此多的禁忌,看来美味不是那么容易就可以随便吃的呀。生性寒凉的大闸蟹,切记不可与寒凉之物一同食用,但是在吃完大闸蟹之后,可以喝上一杯姜茶来驱寒。

“征集重阳祝福语,赢大闸蟹代金券”

活动两种参与方式如下:

下载“齐鲁壹点”APP,注册登录后进入吃货频道,在热门话题下讲述你与家人的故事,为年迈的父母送上重阳节祝福,有合照者更佳;

关注微信号“在旅途”(QLWB-ONTHEWAY),给在旅途小编留言。

奖项设置:

一等奖(2名):价值297元智利原装进口红酒寇塔一瓶

二等奖(5名):赠送价值100元阳澄湖大闸蟹代金券

三等奖(20名):赠送价值50元阳澄湖大闸蟹代金券

备注:

阳澄湖大闸蟹订购专线:0531-85196723

阳澄湖大闸蟹QQ交流群:214021979

顽厨和他的 意大利肉酱面

顽,什么是顽?顽,可以作为一个通假字,通“玩”,表示玩弄,玩赏;可以意指坚持、不懈怠,也可以意指坚强、坚硬。有一个人把顽用到了厨上,他是谁?顽厨。



顽厨一米八,微胖,像一柱子。他的西餐基本功很扎实,虽然是中途转行,可是不比别人差。他懂材料,有技术,能够把每一块肉最好的那一面呈现出来。他有想法,能创新,可他不投机,不取巧,脚踏实地做一名厨子。他曾经说过一句话,坚持老的工艺和制作方法就是最好的创新。

顽厨的厨房里少不了了一款经典意大利肉酱面。作为一名厨师,他更愿意花时间在酱汁的熬制上。一锅的酱汁,顽厨需要做四个小时,中途还需要火候的控制与时不时地搅拌。

酱汁的熬制通常是从早上开始。当地市场购买的小西红柿被顽厨一股脑倒在不锈钢盆里,一个个去蒂,拿到水龙头下冲洗干净,就放到旁边让它们自由玩耍控干水。

粒状白的大蒜,段状橙的胡萝卜,少许条状绿的西芹,块状紫的洋葱,平铺在烤盘里放进180度烤箱。做酱汁的时候厨房里没有其他杂乱的声音。无论是水声,开烤箱声,开火声,还是黄油爆炒洋葱的哧啦声,锅里番茄酱翻滚的咕噜声,搅拌酱汁木勺摩擦过锅底的声音,在顽厨耳朵里,都是他厨房里的伙伴。

沸腾了的番茄酱在有节奏地冒着气泡,汤面起起伏伏,轻轻撒上百里香、罗勒、黑胡椒,接下来就需要时间,让时间烹饪,让各种元素融合,把真正的意大利肉酱的味道呈现出来。

中午时分,一锅冒红油的意大利肉酱完成了。

说到意大利面,面也很重要。顽厨用的是spaghetti,长面,是最常见也是最传统的意面形状,圆形横截面,中等粗细,是意面的基本款。沸水下锅,10-12分钟,当发现圆截面中心有针尖似的小白点时即可把意面捞起,别忘了拌上橄榄油哦。

一道意大利肉酱面,意大利面在深口盘子底部,红色的肉酱浇在面上,要记住没有干酪碎的意大利面就像缺了一只眼的美女,放上帕玛森干酪碎,最后撒上绿色的法香,完成!

想认识顽厨和他的西餐厨房?扫描下载齐鲁壹点,在吃货频道订阅“顽厨”壹点号。来壹点吃货,这里到处是吃货!

