



扫码抢购

教你一招判断正宗枇杷蜜

陈师傅介绍说,目前市面上主要是两种蜜蜂:一种是中蜂,就是我们中华小蜜蜂,也就是大家说的土蜂,这种蜂蜜特点是个头小,不产蜂皇浆,优点是不需要太多的管理,蜂蜜品质高,缺点是价格略高,产量非常低。另一种是意大利引进的蜂种,个头比中蜂大很多,优点是产量高,但抗病性比中蜂差,需要比较专业的管理,蜂蜜品质也相对低一些。

喜欢中国传统文化的陈师傅,养的自然是中蜂。他说,市面上的假蜜,一般是分三种:一种是把意蜂蜜当做中蜂蜜卖,一种是给蜜蜂喂白糖产的蜜,一种是在蜂蜜里加东西。

陈师傅只做山花蜜和枇杷蜜这样的高品质蜂蜜,9月份开始摇的是山花蜜,蜜源就是临安当地的山花,这是陈师傅最忙的时候。陈师傅说,枇杷蜜的作用可以参考枇杷膏,男女老少都可以吃,每天吃一些,对肺部、咽喉等都有好处,尤其适合需要清肺、咳嗽、伤风感冒、便秘的人群。

陈师傅做枇杷蜜一是不作假,二是不卖陈蜜。虽然正宗的土蜂蜜几年都不会过期,但时间一长,蜂蜜的营养价值和香味是会损耗的,所以在第二年新蜜上来时,之前的枇杷蜜就得处理完,卖不掉干脆送人。

和其他蜂蜜一样,枇杷蜜也会结晶,一般蜂蜜摇下来,放在温度低的地方,小的容器里面,几天后就会结晶。陈师傅说,是否结晶不是判断真假蜂蜜的标准,但正宗的土蜂蜜,不管结晶不结晶,颜色和成分都是很均匀的,如果一罐蜂蜜在时间足够长的情况下出现了局部结晶,局部不结晶,那可能就是有问题的。

这次我们推荐陈师傅的枇杷蜜,都是去年年底刚摇下来的新枇杷蜜,香味足,营养丰富,这种一手蜂蜜非常难得,喜欢的粉丝可以放心入手。用小勺子分别挖一点蜂蜜送进嘴里,结晶的枇杷蜜在嘴里一开始是黏黏的、沙沙的感觉,不结晶的入口即化。香味很浓,而且吃完嘴巴里有一股杏仁的味道。

陈师傅的枇杷蜜不是特别甜,用枇杷蜜冲温水的时候,香气很浓。陈师傅说,其实这才是正宗枇杷蜜的味道,如果甜度太高反而不对了。

对于怎么吃枇杷蜜,陈师傅也给出了3点建议:

- 1.平常养生,每天早上起床和睡觉前,挖一小勺枇杷蜜,融化在40度左右的温水里服用。陈师傅自己每天也这么吃。
- 2.缓解咳嗽,用白萝卜煎水,煎好后,把水倒出来冷却到40度以下,加一小勺枇杷蜜,早晚服用。
- 3.缓解便秘,三分之一醋加三分之二枇杷蜜兑好,再加开水冲服。



小笼包的肉馅采用千岛湖原生态有机胖头鱼,必须足够新鲜,选择肉质饱满鲜嫩的鱼“里脊”部位,用传统采糜手法,把鱼肉一层层刮下来,7斤重的胖头鱼,鱼身大概4斤,能得到1.5斤左右可用来做小笼包的鱼肉,混上青葱,以及用猪大骨和鸡爪小火慢炖一整天而成的高汤,混合成馅料,口感丰富,鲜香嫩爽。



千岛湖鱼肉小笼包

煮比蒸好吃 煎比煮入味



扫码抢购

冬天最受欢迎的快手早餐,榜单上少不了小笼包,不同于普通的发面包子,小笼包采用死面制作,皮薄Q弹,肉厚多汁,吃法讲究“轻轻提,慢慢移,先开窗,后喝汤”。

宝塔似的小包子,热水上锅煮5到6分钟,面皮就变成了半透明状,轻轻提起一只,汤汁在薄皮里微微摇曳,似乎下一秒就要破皮而出,咬一小口,汁水就像千军万马一样往嘴里奔腾,寒冷的冬日里,吃得热乎乎,从嘴到胃,暖至全身。

今天,辽婶儿要给你推荐一款特别的小笼包——千岛湖鱼肉小笼包,市场上不多见,馅料主要是千岛湖有机胖头鱼肉质,正宗千岛湖鱼的细腻肉质,加上传统小笼包的独特口感,两者一融合,“鲜掉眉毛,比吃鱼还过瘾!”。

小笼包的个头很小,没蒸之前比一块钱硬币大不了多少,熟了之后,体积差不多大一倍。一口一个,一盒十个,我一个人一顿可以吃完,很适合一人食。家里有几个人就吃几盒,也比较好控制量。

皮很薄,一口咬下有汤汁爆出,肉馅完整不散,饱满多汁,很惊艳。相比日常吃的猪肉馅小笼包,鱼肉馅的味道确实很不一样,有一股鱼肉的鲜味。担心鱼腥气的小伙伴可以放心,因为是很新鲜的鱼肉制作的,几乎没什么腥味。

小笼包尝试了隔水蒸和生煎两种吃法,隔水蒸更鲜美,生煎底很脆,鱼肉味重一些。建议家里经常囤一些,不知道吃什么、或者没时间准备吃食的时候,从冰箱拿出一盒小笼包,快速蒸一蒸就能入口,不要太方便。

千岛湖名声在外,是很多人心中的“朝圣地”,四面八方的人来到这里,一是为了看看这里的青山秀水,另外就是吃一吃千岛湖鱼。千岛湖水好,鱼自然好吃,来这里的食客,都知道鱼头不可错过。其实,千岛湖鱼是从头“鲜美”到尾。

张三(xuē)龙,嵊州人,是鱼肉小笼包创始人。“鱼身鲜美却不走俏,价格也不高,没有好好被开发利用,何不推出一款新产品呢?”张三龙

在2016年以千岛湖有机鱼的鱼肉为馅,结合自己老家嵊州的传统小吃小笼包,开发出了这款鱼肉小笼包——包子皮、鱼肉馅,“提起像灯笼,放下像菊花”。

纯鱼肉做小笼包,该如何剔骨、去腥、留鲜、灌汤?除了自己摸索,张三龙还与上海海洋大学合作,从研发包子皮的配方到调配鱼肉馅的比例,再到标准化生产流程的优化,经过不断调整实验,终于使小笼包在凸显鱼肉清新口味的前提下,愈加协调饱满。

2020年7月,鱼肉小笼包正式上市,收到了上海、杭州等地餐饮连锁店发来的订单,第一个月包了30万个,很快卖光,鱼肉小笼包一炮打响。

鱼肉小笼包虽然是小吃,但工序却丝毫不输给一些名菜,张三龙说,“鱼肉小笼包只用死面,不用发面,这样皮更薄,且不掉底。”和面工艺,要经过搓、甩、拉、拽,几次贴水、几次贴面的“三软三硬”过程,这样和出的面皮才能兼顾韧性和Q弹,口感适中且不易破裂变硬。内馅采用千岛湖原生态有机胖头鱼,必须足够新鲜,选择肉质饱满鲜嫩的鱼“里脊”部位,用传统采糜手法,把鱼肉一层层刮下来,7斤重的胖头鱼,鱼身大概4斤,才能得到1.5斤左右可用来做小笼包的鱼肉,混上青葱,以及用猪大骨和鸡爪小火慢炖一整天而成的高汤,混合成馅料,口感丰富,有效去腥。

按照嵊州小笼包的包法,捏成12个褶,比拇指略大的小笼包,立刻装盘急冻,零下18℃保鲜,蒸熟后几乎还原了千岛湖边的鲜味,除了蒸着吃,这款鱼肉小笼包还有很多吃法:

比如煮着吃,搭配紫菜、榨菜、虾皮,就像煮小馄饨一样;还可以煎着吃,煎熟起锅前打两个土鸡蛋,撒上葱花配上一杯豆浆,早餐轻松解决,孩子、老人都喜欢。



更多好物 扫码关注



客服:024-22536599

常捶这5个部位 畅通气血好舒服



扫码抢购

95后姑娘送给爸妈的孝心锤,“比用手捶还妥帖”。送老人,它是一把“孝心锤”,如同人在跟前帮老人按肩捶背;送伴侣,它是一把“贴心锤”,表达爱意胜过千万甜言蜜语。

孝心锤原名叫“山苍籽锤”,来自广东连山壮族瑶族自治县,“用山苍籽做成手锤”是当地人传承百年的养生秘诀,沿袭古法配伍,山苍籽为主,加入清热明目的决明子、活血散瘀的黄荆子、疏散风热的蔓荆子、解毒除烦的枳椇(jù)子5种天然草药,结实包扎在手锤里,闻起来有淡淡的药香,长达3年不散,用它反复捶打身体,可以疏通经络,改善肌肉酸痛、气血不畅、湿气淤积等。捶1次,相当于普通小锤捶10次,捶打在身上,比棉花有质感,比木头更柔软。

小手锤上的刺绣也是非遗作品,美丽的丝线,一穿一刺附在布料上,构成唯美的特色花纹图案,华丽不失高档。棉绳手柄,独特的手工绑扎工艺,使手锤握感舒适,结实又耐用。从原料到成品,纯手作摸起来手感特别好,手锤个头小巧,放在包里无压力,走到哪儿,都可以捶几下。

上了一定年纪的人在季节变换时,经常会这里麻痛,那里酸胀,这样的小手锤买几个,送父母及其他长辈,让他们没事捶一捶,酸痛处能轻松不少。

小小的手锤,全身都能用,特别是这5个身体部位,可以多捶捶哦。

1.捶肩颈:缓解酸痛

办公族、低头党总保持一个姿势工作、玩手机,脖子和肩膀僵硬得不行,用它捶捶,又酸又疼的肩颈肌肉,不知不觉就放松下来了,一天下来神清气爽。

2.捶腰背:强身健体,平时压力大、易疲惫,用它捶捶腰背,不仅能缓解腰肌劳损,还能强身健体。

3.捶双腿:减少水肿、久坐、小腿淤积湿气等症状,捶一捶小腿,加快血液循环,能减少水肿堆积。

4.捶手臂:排出体内垃圾,手臂上有很多大肠经的穴位,通过捶打手臂刺激穴位,能促进大肠将体内的垃圾输出体外。

5.捶脚底:调理气血,睡前捶一捶,睡得更舒服。

版权所有 违者必究

总值班:杨军
一版编辑:张宇
一版美编:冯漫

零售 专供报



6 935970 156666