

微信“私房美食”火爆朋友圈

这样的美食靠谱吗？

□见习记者 姚晓晓

情味。

微信美食多来自家庭厨房

随着手机时代的到来,无论你想吃蛋糕、水果,还是鸭脖、麻辣小龙虾,只要对着手机“喊”一声,一顿“私人订制”的美食就能送上门。

如今,在微信朋友圈里卖食物已经不算什么新鲜事了,但是这些“私人订制”的美食吃起来真的放心吗?

“吃货”爱上“私人订制”

微友小丁是一名普通上班族,同时也是一名资深“吃货”。“我很喜欢吃甜食,看到晒在微信朋友圈的甜品,就忍不住诱惑购买。相对于外面蛋糕店的价格,微信上的甜品要便宜一些,而且不用出去买,挺方便。”小丁说,她经常会在微信朋友圈购买私房菜,有时家里来了客人,在微信朋友圈里购买菜品十分方便。

“这些私房菜都很火,有时候得提前好几天预订。”小丁说。

“现在不都流行私人订制和送货上门嘛!”同样喜欢微商美食的微友“慵懒的兔子”说,比起工业化的批量产食品,这些私人生产制作的食品更有人

同样是吃货的“90后”女生小杜是一名微信美食的制作者。“保证干净”是杜小姐在微信里对自己产品的描述。记者通过了解得知,小杜目前主要经营各种甜品,多数产品的售价在20元至200元不等,几乎每天都“爆单”,而这些每天被刷“爆单”的甜品都是小杜在自家厨房里制作而成。

“现在通过微信卖美食的人数不少,除了一些实体店,其余的美食产品基本都是采用家庭作坊的经营模式,即在自家厨房把东西做好,微友通过微信订购,店家再外送到客户手中。”几位通过微信卖“私人订制”美食的微友说,在微信上卖美食不需要任何店面成本,也不需要投入太多的人工成本,只要发几张图片,靠转发和点赞就能收获人气。只需一个电话或在微信上说一下地址,就能将美食送到地方。

监管有真空,购买需谨慎

记者在采访中得知,目前这种“私人订制”的食品虽然在

微信朋友圈很火,但因对“微信美食”的卖家信息不是很了解,不少购买者心存疑虑。

市民郭女士说,她曾经在微信朋友圈预订过私人订制的蛋糕,但是对这些蛋糕的安全性还是很担心,“这些蛋糕的味道不错,用微信就能下单,但是对于制作蛋糕的人身体是否健康等信息一无所知。”郭女士表示,在微信上预订美食,只能够将食品的安全寄托在卖家的良心上。

与此同时,对于这些既没有生产日期、保质期,也没有任何监管的自制美食,不少人也提出了质疑。“都是看网上卖家晒得他们的食材如何好,厨房怎么干净,可毕竟没有到过现场,到底怎么样心里也没谱。”经常在微信上订餐的李女士告诉记者。

食品安全如何得到保证?对此,记者采访了漯河市食品药品监督管理局的相关工作人员,该工作人员告诉记者,在网络销售上需要卖家证照齐全,市民订餐还需要通过大型专业网站订购。由于在微信朋友圈销售食品还没有出台具体规定,所以市民还是尽量在实体店或经过相关部门审核的店铺消费,保障自身权利。



夏天吃饭没胃口 试试这两道菜

夏季如期而至。6月的初夏,频频出现高温天气,天气炎热难免让人感觉心情不佳,食欲不振。本期为大家带来了两道能让你的胃躁动起来菜。赶紧收藏了,周末在家做来吃吧!



糖醋排骨

材料:猪肋排骨400克,陈醋40克,冰糖40克,料酒、生抽、老抽、植物油各适量。

做法:

1. 烧一锅水,把排骨放进去焯滚,去掉血水和肉腥,不需要焯太久,焯至排骨变白即可。然后捞起排骨滤干。
2. 锅里倒些许油,把排骨倒进去翻炒至颜色金黄,注

意不要炒得太久口感会变老。

3. 加调料,如果放调料的量不知如何把握,可找来一个常见的调料小白勺,将料酒、生抽、糖、陈醋按照1:2:3:4的比例来放,即1勺料酒,2勺酱油,3勺糖,4勺醋。

4. 加入开水,加到差不多没过排骨的高度。

5. 加水以后盖上锅盖开小火焖30分钟左右,可以加一小颗八角进去一起焖,气体会更香。

6. 在水焖到还剩1/3的时候,加些许老抽调色,开大火收汁至色变深、汁变浓即可。

7. 出锅上盘。

黄金玉米烙

材料:玉米粒280克,水磨糯米粉28克,玉米淀粉28克,油、白糖、沙拉酱各适量。

做法:

1. 用糖水把玉米粒煮熟,大约5分钟,煮熟后把水分沥干(沥干至玉米粒表面湿润即可)。

2. 将水磨糯米粉、玉米淀粉混匀后倒入玉米粒中,抓捏翻几下让每颗玉米裹上粉,整体都是黏糊糊的有水分的状态,这样煎的时候才不会散架。

3. 在锅中倒入油,量自己调整好,保证没过大部分玉米粒即可。左右摇动锅子使油能均匀抹到锅面,加热到冒烟后倒出2/3备用,剩余1/3的油在锅中,关火。



4. 倒入玉米粒,用铲子使玉米粒尽可能单粒平铺在锅底,摊好后开小火煎炸大约3分钟。

5. 倒入刚刚的2/3油,转中火煎炸3分钟直至金黄酥香(怕油的话可以用吸油纸或普通纸巾吸干两面的油分,用纸巾时要注意不能放太久,不然会黏在玉米烙上)。

6. 上盘,蘸着沙拉酱食用即可。 据《东莞时报》



喝茶养生原则:淡茶温饮

养生一直是人们所关注的重大问题,都说喝茶养生,但并不是所有喝茶的动作都能起到养生的功效。那么怎么喝茶才能起到养生保健的作用呢?科学饮茶中,有介绍常喝淡茶并且温饮才是最为养生的,温饮淡茶,性情合一才是保健王道。

为什么淡茶温饮才是保健王道呢?

首先,悠久的历史积淀与茶叶本身的诸多功能,让它成为国人挚爱时,自然饮用的讲究也就多了。然后,许多茶叶中含有大量的咖啡因,浓茶中的咖啡因含量自然就偏高许多,经常喝浓茶的人会出现心

脏频率加速、心悸等问题。

而饮淡茶能够帮助人体稀释体内血液、降低血液黏稠度,从而防止血栓的形成。饮淡茶不仅可以帮助人体降低血脂,还有解毒、抗衰老的功效。

温饮茶水是针对饮茶时极端喜热喜凉而言,冷茶伤胃不说,还会产生不利身体健康的成分,容易导致脾胃产生虚寒、腹泻等症状。太热的茶水容易刺激口腔黏膜、烫伤肠道,尤其是老年人容易造成器官的损伤,诱发食道炎和胃炎,长期饮用热茶容易发生病变,发生食道癌等癌变。

喝茶要看体质,中医认为

人的体质有燥热、虚寒之别,而茶叶经过不同的制作工艺也有凉性及温性之分,所以体质各异饮茶也有讲究。燥热体质者,应喝凉性茶;虚寒体质者,应喝温性茶。

晚上最好喝红茶。因为绿茶属于不发酵茶,茶多酚含量较高,并保持了其原始的性质,刺激性比较强;红茶是全发酵茶,茶多酚含量虽然少,但经过“熟化”过程,刺激性弱,较为平缓温和,适合晚间饮用。尤其对脾胃虚弱的人来说,喝红茶时加点奶,可以起到一定的温胃作用。

晚综

饮茶小提示

阳虚质:肌肉不健壮,常感到手脚发凉。适合喝全发酵的熟茶,如红茶、黑茶等。

阴虚质:体形多瘦长,不耐暑热,经常大便干结。适合喝不发酵或轻微发酵的绿茶、白茶、黄茶或生普洱。

特禀体质:对花粉或某食物过敏等。宜选择发酵度较高、焙火适中的红茶、黑茶或熟普洱等。



您是“食尚”达人吗?您有独特的美食心得吗?或者您有什么拿手好菜?抑或对美食有着特殊的情愫?

即日起,《天下美食》版面将推出《我家私房菜》栏目,意在发现家庭美食,为喜欢烹调且擅长做饭的你们提供一展身手的平台。只要您爱吃,或者身边有爱做菜的朋友,都可以来告诉我们。我们将走进社区,走进您身边,寻找您或您身边的烹饪达人,寻找特色私房菜。

享受美食,享受生活!如果您足够有“料”,就来接下我们的征集令吧!联系电话:15139550001(记者姚晓晓)

绿雪芽® 中国白茶标志性品牌

漯河旗舰店

白茶始祖 传世经典

~ Lv Xue Ya ~

一年茶 三年药 七年宝

地址:海河路39号 电话:0395-3386888