

寻味北京

觅一份安静 享一人美食

生活在这个多元化的大环境中,我们的生活更多是在同事、朋友以及家人的陪伴下度过,偶得一份静谧,只得一本书、一杯咖啡或一顿美食作伴,放空思绪,清静大脑,也是一种享受。

Solounge 索兰至餐厅

是一家以有机蔬菜著称的自助餐厅,环境宽敞明朗,装潢富有情调,有四人沙发座位,也有大圆桌,可一人用餐,也可多人聚餐。

一进门,第一部分为沙拉区,各种蔬菜品种齐全,绿色健康,沙拉酱口味有辣、酸、芥末味等多种口味,种类丰富;第二部分是汤类和面食区域,汤类有奶油蘑菇汤、牛肉汤、南瓜汤、罗宋汤等8种口味。面食区域有各种面包、蛋糕,其中不乏低脂全麦面包,蛋糕口味多样,如蓝莓味、芝士味等,可自由选择;第三部分是饮料和水果区域,饮料有茶水、果汁、汽水以及粗粮汁,水果

有西瓜、哈密瓜等种类多样,品种丰富,新鲜美味。主食有披萨、粗粮饭、烤红薯、意面、通心粉等,既营养又美味。

新加坡章记餐

是一家主打新加坡风味美食餐厅,推门而入,餐厅面积虽不大,环境优雅,给人一种温馨舒适之感,是一个人用餐的不错选择地之一。

首先说说招牌美食海南鸡饭,既可点整只鸡也可根据人头自由选择,配有三种蘸料、油饭和汤,鸡肉软烂,口感细嫩,油饭颗粒分明,芳香软糯,汤汁清淡不油腻。海南鸡饭里配备的黄瓜片、西红柿片以及香菜,蘸着汤料吃,可口美味,是人气很高的一道菜品;咖喱牛腩,牛肉劲道弹牙,里面的胡萝卜和土豆,软烂入味;拉茶,和奶茶有些相似,据说是用两个杯子拉来拉去,拉得越长,起泡越多,味道就会好,口感顺滑。除

此之外,店家还有新加坡沙拉、咖喱鸡、卤猪粉肠等多种特色美食,值得一试。

哈尼个旧

是一家云南风味餐吧,环境僻静,有上下两层,店内的装饰手绘,据说是店主彝族姑娘亲手出品,很是特色。

特色美食哈尼个旧炊锅,是云南哈尼族的特色火锅,里面有酥肉、腊肉、豆腐、菌类、茉莉花等,汤鲜味美,使人食欲大增;云南红河米线,据说和平时吃的干米线不同,这儿的米线是产自云南红河的湿米线,线更纤细,是人气很高的一道美味;凉菜凉拌薄荷豆腐皮,豆皮薄而富有韧性,口感微辣清凉,是佐酒佳品;三拼乳饼,是选用个旧当地自制乳饼配合宣威火腿、云南香肠和尖椒,味道新颖,使人回味。不仅如此,店家配备的调味料是来自红河哈尼族彝族自治州,味道正宗。



百米粒

是一家以湘菜为主打的餐馆,置身在胡同里,环境干净整洁,整体感觉很小清新,装潢富有创意,白色的装饰风格给人很舒服的感觉。

特色菜石锅烧猪蹄,猪蹄剁成很小块儿,很是方便,入口软烂,富含胶原蛋白,美容养颜佳品,是女性朋友的宠儿,喜欢猪蹄的朋友,吃起来一定欲罢不

能;藜蒿炒腊肉,藜蒿是从湖南空运过来的,新鲜美味;砂锅花菜,花菜软烂入味儿,喜欢吃花菜的人一定一定不能错过他家的这道菜;臭鳊鱼,微辣,肉质细腻,口感鲜嫩,下面配备的面条弹性有嚼劲,蘸着汤汁,很是美味。饮品有酸梅汤、黑米酒,黑米酒与红酒有些相似,看似没有度数,但后劲很大,爱喝酒的朋友,可以一试。 (综合)

食尚厨房



话梅猪蹄

主料:猪蹄 500g、话梅 10颗;
辅料:姜 1块、料酒 20g、蚝油 5g、老抽 3g、糖 15g;

做法:1.首先将话梅清洗干净后,用水泡1个小时后倒入锅中小火煮开,然后关火放凉,姜切薄片备用;2.清理干净猪蹄上的细毛并洗干净,斩件后起干净锅,冷水放入猪蹄和姜片煮至水开去除猪蹄

血水;3.捞出猪蹄,用温水冲洗干净,沥干水后,把猪蹄浸泡到话梅水中,放冰箱冷藏一个晚上(通过这个过程可以让话梅的味道完全渗入猪蹄中,且再经冰箱的冷冻,可使猪蹄的皮肉更加爽口,味道更好);4.第二天,起干净锅加入油和白糖,小火炒至焦糖色;5.捞出前一天的猪蹄,放入锅中翻炒均匀后加入话梅、泡话梅的水、姜片和料酒继续翻炒;6.加入蚝油翻炒均匀后放入适量热水焖煮,大火煮开转小火焖煮60~90分钟左右,煮好后加少许老抽调色,开大火收汁至粘稠即可。

资讯

昌平区第十三届苹果文化节开幕

本报讯 凌应敏 近日,以苹果采摘为主题,“品昌平苹果,享健康生活”为理念的北京昌平第十三届苹果文化节在昌平区苹果主题公园拉开帷幕。

据了解,为满足市民京郊采摘体验、旅游休闲需要,昌平区推出东线、中线、北线、西线4条观光采摘综合服务线路:东线沿京承高速、安四路到兴寿镇、崔村镇,可采摘桃林、真顺、上西市等村苹果,游大杨山风景区、静之湖度假村、香堂文化新村

等;中线包括蟒山国家森林公园、凤山温泉度假村;北线包含明十三陵景区、碓臼峪、沟崖风景区;以流村镇、南口镇为主的西线,可游玩白羊沟自然风景区、坦克博物馆等。

同时,“昌平苹果销售季”(崔村)交易市场也开市交易,市民、批发商等可到市场集中采购昌平苹果,也可通过昌平苹果网、邮政 ILOVE 邮(京邮商城)、淘宝、京东、苏宁易购等平台进行网购。此次活动将持续至11月30日。

新发地首家生鲜超市社区开业

本报讯 凌应敏 作为新发地珍品荟(北京)科技有限公司旗下品牌,北京新发地首个社区生鲜超市“来颗桃”近日在丰台区开始试营业。也是作为丰台区首个“农改超”项目的一次全新尝试。

据悉,“来颗桃”品牌已进行商

标注册,年内将在丰台区其他城中村再开2至3家。

随着店面运营成熟,今后超市还会升级为“互联网+”,实现线上线下的同步运营,让市民通过手机APP享受到一键购物、送货上门的现代化购物体验。

东来顺厨师荣获“中华金厨奖”

本报讯 崔岚 10月20日,第26届中国厨师节在陕西渭南举办。东来顺集团侯志成、孟斌、陈德伦分别荣获了“中华金厨奖”殊荣。

今年厨师节以“弘扬中华文化、展示德艺双馨风采、传承创新烹饪技艺、推动餐饮产业发展”为主题,全国各地报名参加本届厨师节

的人员超过2000名。除了开幕式、中国名厨大会之外,传统的“中华金厨奖颁奖盛典暨注册中国烹饪大师授勋仪式”、“中华盛宴——陕菜品鉴大会”和首次列入中国厨师节的“厨师始祖伊尹祭拜仪式”、“华山论剑”的大比武活动都成为今年颇为吸引参会厨师眼球的亮点。