

# 大热天市民不愿下厨房 小餐馆家常菜生意红火

本报讯(记者 马依帆)夏天热得像火烤,下厨做饭成了一件苦差事,不少家庭为省事选择外出就餐。赶到饭点时,很多经营家常菜的小餐馆生意红火,有的甚至一桌难求。

看到,里里外外二十几张餐桌座无虚席。消费者多是三口之家,也有年轻夫妻或者情侣。点两盘菜,煮一斤饺子,再来点啤酒、饮料,吃得津津有味,还免去了厨房里的烟熏火燎之苦。与之相距不远的几家餐馆生意同样红火。

一餐馆老板告诉记者,这段时间的营业额几乎是全年最高的。因为开着空调的室内餐位有限,该餐馆的多数餐桌就摆在门口,有限的条件丝毫没有减少市民的就餐热情。据介绍,一到晚上,每张餐桌通常要为四五拨

客人提供“服务”。除此之外,还有三成左右的市民买了饭菜之后,打包回家食用。

正在就餐的市民陈丽娟说,大热天实在不愿意开火做饭,有时候下班回到家里,炒俩菜之后就热得没了胃口。“一家人下馆子,既省事,花费也不算多。”陈丽娟说道。据了解,一般情况下,在小餐馆里,一份素菜6元~8元,一份荤菜20元左右,价格实惠,很适合家庭消费。

夏天外出就餐方便、省事,但是也要注意饮食卫生。新华西路一社区医疗站王医生提醒,夏季是肠胃病多发季节,市民外出就餐宜选择卫生条件较好的餐馆,注意饮食卫生,以免患病。

刘绍义

西餐分而食之,讲卫生,但不热闹。中餐围而食之,显亲情,但欠卫生。围而食之的会食历史由来已久,至少上千年。根深蒂固的会食还受到亲情友情影响,要想一下子让人们回到分餐制的桌面上来,也并非一件易事。

会食是随着唐朝中晚期高桌大椅的产生而出现的。这些我们可以从唐代的许多绘画作品中看得出来。敦煌四七三窟唐代宴饮壁画中,就是一幅标准的会食图了。图中有一凉亭,亭内长方形食桌上,摆满了大盆小盏,桌子两侧的高足条凳上,面对面坐着九个男人和女人,每人面前都摆着一副匙箸齐全的餐具。还有西安附近发掘出的唐代韦氏家族墓,墓室东壁的《野宴图》,也是一幅会食图。图中的大案上摆着各种食物,三面的大条凳上分别坐三个男子,只是这三个男子不是像我们现在这样把双腿垂放于地,而是依然采用盘腿的姿势坐着。

其实,在会食出现的古代,依然还有分餐制的场面。如南唐画家顾闳中的《韩熙载夜宴图》,画面上虽然都是高桌大椅,但大家实行的依然是分餐制。这些男人一边欣赏琵琶女的演奏,一边在自己面前的小桌子上品味食物,其乐融融。

宋代以后,会食就已经相当普遍了。《清明上河图》中的餐馆里摆放的都是高桌大椅;在宋代很多墓葬壁画中,夫妻同席共饮的场面亦比比皆是。就连17世纪日本的绘画中,清代官员在船宴中,也是几人共用一碗饭菜,猜拳行令,热闹非凡。

既然会食与高桌大椅密切相关,那古代的分餐制就与古代的小食案紧密相连了。古代的小食案大小应该与如今酒店送菜的托盘差不多,不然《后汉书——逸民传》中梁鸿的妻子孟光的“举案齐眉”也举不起来呀。从《汉书——外戚传》“许后朝皇太后,亲奉案上食”中也可以推断,古代的食案绝不会很大,颜师古在《急就章》注中也说:“无足曰盘,有足曰案,所以陈举食也。”正是这种小案,决定了古人安全卫生的分餐制。

现在我们在家中或酒店就餐时,已经有了分汤勺和分菜筷,这说明我们如今的会食,也在有意或无意中向着分餐制转变,只是有时人们碍于亲情友情,不愿意分得过于明白罢了。

# 今日的会食与古代的分餐

## 痛饮冰镇饮品 对身体是种伤害

夏日炎炎,你是不是愿意买上一瓶冰镇啤酒或者饮料痛饮一番以求消暑降温呢?自得了一口气灌下一听冰冻饮料,咬掉几根棒冰的消暑好享受,却不知,这样的做法对身体可能是一种伤害。

脂肪4.1公斤。同样拿起一瓶冰镇啤酒当饮料喝,不仅不能解渴反而对健康有很大的伤害,因为酒精进入人体后,会刺激肾上腺激素的分泌,使心跳加快、血管扩张、体表散热增加,从而增加水分蒸发,引起口干。同时,酒精还会刺激肾脏,加速代谢和排尿,使身体流失水分。并且,酒精溶于血液后,会使血液的黏稠度增加,迫使血管里的血液必须从血管外组织吸收水分,以稀释血液,这也同样会引起口干。

经过暴晒后,人体会处于脱水的状态,如果痛饮冰镇饮料,这些冰镇饮料进入体内后,体内温度骤然下降,暑热积聚体内无法散发,会诱发中暑。

专家还表示,冰镇饮料中水分子大部分处于聚合状态,分子团大,不易渗入细胞。而热饮料单分子多,能迅速渗入细胞,纠正细胞缺水的状态。因此,冰水或冰镇饮料的解渴效果反而不如热茶。

碳酸饮料中大量的二氧化碳有抑菌作用,胃中有益菌的减少会影响消化系统的正常运转。碳酸饮料释放出的大量二氧化碳很容易造成腹胀,增大胃内压力,使胃壁膨胀,影响胃蠕动,进而影响食欲,易导致肠胃功能紊乱。碳酸饮料还大多含有磷酸,一旦摄入过多的磷酸会妨碍钙的吸收。长期大量饮用碳酸饮料,会使发生骨质疏松的年龄提前,并使患骨质疏松的几率增大。

对于孩子来说,喜欢喝饮料可能会导致肥胖。碳酸饮料含糖量约在10%左右,一听355毫升的碳酸饮料含糖量大约为40克,每日摄入两罐碳酸饮料,就有320千卡能量。连续三个月就多摄入28800千卡能量,相当于增加

专家还表示,夏季饮水,应以矿物质含量丰富的白开水为首选。纯净水和人工矿物质水,经过反渗透膜等深度处理工艺,几乎全部去除了矿物质,后者往往只添加了极少的改善口感的矿物质。另外,大量出汗后,补水非常重要,最好喝点糖盐水或者淡盐水。盐可以补充钠钾等因出汗而丢失的电解质,而糖可以帮助恢复体力。

(陈卫)

新西兰奶粉因为肉毒杆菌污染问题而广受关注。国家食品安全风险评估中心技术顾问刘秀梅指出,肉毒杆菌是一种生长在缺氧环境下的细菌,在罐头食品及密封腌渍食物中具有极强的生存能力。肉毒杆菌是一种致命病菌,在繁殖过程中分泌毒素,是毒性最强的蛋白质之一。

人体的胃肠道是一个良好的缺氧环境,适于肉毒杆菌居住。在缺氧环境中,此菌能分泌强烈的肉毒毒素,能引起特殊的神经中毒症状,致残率、病死率极高。人们食入和吸收这种毒素后,神经系统将遭到破坏,出现头晕、呼吸困难和肌肉乏力等症状。

与成人相比,肉毒杆菌对于婴儿来说,风险更高。婴幼儿,特别是6个月以下

的婴儿,免疫系统发育不完善,肠道内的正常菌群还不够强健,不具备抵御其他致病微生物的能力,当肉毒杆菌的芽孢进入到婴儿的肠道后,可能生根、繁殖,释放毒素,导致婴儿中毒。

“与化学污染物不一样,微生物污染是不均匀分布的,而且肉毒杆菌是厌氧菌,它的生存需要特定的条件,有氧甚至少量有氧环境都不利于其生存。食品企业在通风、低温、有氧环境下储存食品原

料,加工过程采用恰当的高温处理工艺,是可以有效控制肉毒杆菌污染的。”刘秀梅强调。

如何预防肉毒毒素中毒,国家食品风险评估中心郭云昌研究员介绍,国际上最有效、最简单易学的预防措施就是“WHO食品安全五要点”,分别是保持清洁、生熟分开、烧熟煮透、保持食物的安全温度、使用安全的水和原材料。

(王君平)

## 如何有效控制肉毒杆菌污染

### 板栗烧鸡翅



鸡翅一个切两半焯水捞出洗净控干备用。姜切片,蒜一切为二。板栗剥皮,用手掰两半,不能切,切了容易碎。鸡翅放锅里煎两面微黄。用过的油全部倒掉。放入花椒和八角炒香。放入一汤匙生抽,半汤匙老抽,三四颗冰糖,一汤匙番茄酱,搅拌均匀。放入板栗和水,水将要淹没但是没有淹没鸡翅。大火烧开后小火焖20分钟后依个人口味放入盐。大火收汁。放入蒜炒熟,最后放点鸡精即可。

### 荷塘小炒



准备好莲藕、荷兰豆、胡萝卜、木耳、山药。莲藕和胡萝卜去皮切片,泡发好的木耳用手撕成小块,山药去皮切片,荷兰豆择洗干净。锅中放水烧开,加入少量的盐和油,下入胡萝卜和莲藕片。再下入山药和荷兰豆。下入木耳焯水1分钟。直接捞入冷水中冲凉后沥干水分。把葱姜切碎,准备好水淀粉。锅中放油爆香葱姜碎。下入焯水后的食材快速翻炒,勾入薄芡,加入盐、鸡精调味即可。



### “美食美容”征稿

民以食为天,在生活当中,关于饮食的话题有太多,本报饮食文化版从近日开始推出与消费者互动的专栏——“美食美容”,请您来谈一谈在我们信阳,什么地方的“吃”让您留恋,什么地方的“吃”让您“消化不良”,不论好与坏,您都可以在这个互动的平台上畅所欲言。

热线电话:13849762588  
邮箱:xyrbms@126.com



好客信阳人  
好酒鸡公山

服务热线:400-019-9919

再创文明城市 讲文明树新风 公益广告

中国精神 中国形象 中国文化 中国表达

## 忠厚传家久 诗书继世长



山路上的少年一脸阳光,山路上的书声洋溢着吉祥;山路上的书包装着未来,山路上的憧憬向着远方……

诗书传世子孙福,德耀门庭满族芳!

——清



信阳日报社 宣

中国网络电视台制 天津泥人张彩塑 王室臣作

### 信阳水利技校奥鹏 成教专本科 火热招生中……

东北师范大学、吉林大学、中国地质大学(北京)专业齐全,通过率高! 毕业证高等教育学生信息网可查。

地址:信阳市南湾湖风景区水利技校综合楼2楼  
电话:0376-8169656 13663975918

### 真爱范特西

音乐酒吧KTV

欢唱热线:0376-6256111 6256222  
地址:信阳市北京路金杯财富大厦(体彩)场汉口公馆隔壁

### 尼雅皇家酒庄

自然是最好的酿酒师

一个好的产品带给你一生的健康和财富!

尼雅皇家酒庄诚招信阳市、县加盟商或产品代理商  
地址:郑州市中州大道和广电南路交叉口向西200  
财富热线:13949027789 0371-65650089

### 拍卖公告

受相关单位委托,我公司定于2013年8月20日15时30分在信阳凌云宾馆会议室拍卖车辆豫S2892警、豫S96868、豫S72610、豫S71698、豫SN0702,以上车辆均为小型汽车。凡有意竞买单位或个人,请携带有效证件及保证金1万元整(不成交金额无息退还)于2013年8月19日17时前到我公司办理竞买手续并查阅相关资料。

标的展示时间:2013年8月18日至19日 标的展示地点:标的所在地  
公司开户行:农行信阳平桥支行  
户名:信阳市诚信拍卖有限责任公司  
保证金存入账号:16-744101040006238  
参加竞买人须知:  
1.竞买人持身份证复印件两张,2.保证金存入公司账户后,持银行进账单换取保证金收据,拍卖会上凭保证金收据领取竞买号牌和拍卖文件。  
办公地址:信阳市平桥区南京路869号  
联系电话:0376-8138888 18637689999

信阳诚信拍卖有限责任公司  
2013年8月9日

### 餐饮原材料招商公告

河南高速公路发展有限责任公司服务区管理分公司所属罗山、光山、商城、灵山服务区因餐饮经营需要,现针对粮油、蔬菜、肉禽蛋、干鲜调料等产品面向社会公开招商,要求商户具有以下条件:

- 1.经营有一定规模的门店,产品品种齐全;
- 2.具有正规的工商营业执照、税务登记证、食品流通许可证等证件,年检合格;
- 3.具有银行对公账户,能提供正规商业发票;
- 4.能按时配送到服务区。

报名截至2013年8月16日,欢迎有意向的商户来电报名。  
服务区联系方式:姚经理 13603764665 0376-3859169

### 声明

●兹有信阳市浉河区蓝翔木材经销站的银行开户许可证(核准号:J5150000455701),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有黄正祥的一宗位于信阳市浉河区港乡茶叶市场门面房,面积59.5平方米,其国有土地使用证(证号:信国用[1998]第1446号),地号110号,图号2009005号,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有李桂华、吴长秀之子李强宇于2008年10月19日在江苏省苏州市太仓市城厢镇太仓市第一人民医院出生,其出生医学证明(证号:1320283972),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有李年胜位于罗山县城关北街福利路的土地,面积60.18平方米,用途为住宅用地,土地证号为罗山国用(2002)字第172号,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有李年胜位于罗山县环城东路土地,面积66.19平方米,用途为住宅用地,土地证号为罗山国用(2004)第219号,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有王德荣、彭新伟只是本人王宗琼的姑姑及表哥,若发现有此人打着本人母亲及亲哥哥的名号在外行骗,由此发生的一切法律后果,均与本人无关,特此声明。

### 迁坟公告

根据信阳市总体规划,信阳市羊山新区决定对前进办事处信茶居委三组张湾(原十二里庙村三组张湾)十八大街项目用地依法征收,该项目用地包含信茶居委三组张湾所有土地。请上述范围内的坟主,自见公告之日起务必一个月内将坟墓迁移,逾期作无主坟处理。具体迁移事项及补偿政策请与下列电话联系。

信茶居委联系电话:13782929888 13837685109

特此公告

羊山新区前进办事处信茶居委  
2013年8月2日