

●食客帮



温馨小饭馆里的别样美味

文/豆豆 摄/轮子

一早起来就觉得很凉,毕竟过立冬了,还真的有那么点寒意。几个女人都喊着要减肥,传说中秋天养膘的啊,但是再怎么还是要去探店,找点好吃的。几个人裹着单薄的秋衣穿过一条条小路就找到了一家看上去很温馨的小饭馆——米家香。门面是简单的红色,招牌显得挺时尚又亲切,一走进就觉得扑面而来的人气啊!客人们吃得欢,温暖的灯光,温暖的菜式,一下觉得驱走了那丁点的寒意。还好事先预订了位子,不然看那排场是要等的。也许是走了挺远的路,肚子实在有点饿了,就迫不及待地拿起菜单开点。



油淋鱼片

食探:Lanny

一进门可以看到小瓷缸的鱼池。一条条肥美的鱼在水中游弋,上面是细竹做成的仿民宅的窗与屋顶。一个大红灯笼垂挂屋檐而下,扑面而来的乡土风情,朴实而贴心。

正如王容卿经理告诉我们的那样,他们走的是乡土路线,就要给客人平凡实在的感觉。这里的菜量大价廉,通常是大碗大盆大碟,卖相豪放得很,但往往二三十元就能搞掂。

招牌菜“乾隆开胃鱼”上桌的时候,着实被它的体积吓了一跳:大砂锅在明炉的燃烧下,缓缓地冒着热气;鱼肉透过沸腾的水泡从顶层的辣椒中露了出来。我们撇去了上面的辣椒和顶层的油,急急地将勺子放进锅里,捞起大块的鱼肉不停地往嘴里送。鱼肉辣中带鲜甜,果然“乾隆”哦!

特别要推荐“红袍串串兔”:一粒粒用牙签串好的兔肉橙黄透亮,光是色泽就引得你忍不住尝上一口。酥脆的口感再加上孜然的干香鲜咸适中,外焦里嫩,而且麻和辣味都特别足。还放了很多香脆可爱的小麻花,很有意思。用牙签将兔肉穿了,够花工夫的,让我想起了街边的羊肉串,不过这兔肉可是按标准严格选择的:只要3斤左右的新鲜青草兔,口感鲜香,韧劲十足,就着一罐冰啤酒一阵猛嚼,爽哦。



串串兔

食探:小巫

一个老板开餐馆、小饭店、西点店,每个店都非常讨人喜欢。三家店在新华路上呈三角状分布,其中的一家就是米家香。喜欢店门口红墙映衬的“米家香”几个大字,拾级而上,像是走进了一个分外热闹的舞台。远远地看见店门口那一片红就有走进去的欲望,不是口水,是诱惑。

六点半,里面真的很热闹。老板30来岁,热心地帮我们点了店里最有特色的几道菜。可惜的是,前段时间获得“最佳创新菜”大奖的豆腐圆子没能上来。豆腐圆子,类似鱼丸,用正宗的卤豆腐做原料,手工制作而成,不用任何的模具,口感柔嫩,卤豆腐的香味犹存。吃不到豆腐,就吃鱼。油淋鱼片、乾隆开胃鱼味道都不错。特别是乾隆开胃鱼,用的是鲈鱼,稀奇的是上面的辣粉,是由枣子大小的辣椒经过高温而蜕下的最表面的那层辣椒皮。不加修饰,自然洒落在鱼片上的辣粉,吃起来不辣,但多了浓浓的辣椒气,正合MM们的胃口。

双味脆脆包、粗粮豆腐是我极力推荐的两道菜,有家味道,但包装却很西化。7个菜加起来百来块左右,MM们都喊便宜,还拿了菜单,准备下次来这请客吃饭。家家的菜,西式的做法;大气的餐馆,平民的价格,很多人都这么认为。

帮主点评:这家小店人气一直很旺,知道米家香的人应该不少。店不大,位子虽然有点拥挤,但如果一家子去吃吃饭还是很温馨的。简单却充满温暖色调的装修,让人顿时有点胃口大开。对这家店的乾隆开胃鱼情有独钟,据老板说是亲自从四川学来改良的。还有那粗粮豆腐,嫩滑得很,咬在嘴里就嫩嫩地化开,更重要的是这个豆腐里还包着鲜味十足的馅,豆腐的清淡加上一丁点的肉腥,很完美的结合。虽然店里的菜以川菜和杭帮菜为主,但是明显川菜做得更为独到,因为是改良过的,更适合大众的口味。人均消费也才30元不到,朋友小聚下也不错。

感谢大众点评网(www.dianping.com)推荐本期食探

冬季警惕妇科炎症侵袭

妇科专家与您细说如何防治



冬季是妇科炎症的高发季节由于天气阴冷不常,雨水增多,且早晚温差大,生物钟紊乱,女人更容易得一些女性病。而冷空气提前且持续下降,人们身上的衣服也越裹越厚,身体被厚厚的衣和衣服包裹得严严实实,这种人们抵抗寒冷的保暖效果同时也造成了肌肤不透气与长时间停滞,无法形成空气的正常流通,各种细菌在此条件下容易生长、繁殖,对身体前危害带来众多不安全因素。

对女性而言,各种妇科炎症防不胜防,接踵而来。这不但严重影响到了身体各器官的正常运作,影响身体健康,同时直接影响到工作、学习、生活,严重的话还影响了正常的家庭生活;对已婚的女性同胞而言,可能还会影响到夫妻生活和正常的二人世界。

据WHO(世界卫生组织)核心期刊《世界妇女健康》杂志报道,全世界约0.7%的城市女性不同程度的感染过妇科炎症,其中45%有反复发病史,最令人触目惊心的是,有妇科炎症的女性罹患宫颈癌的几率比正常人高出7倍,大量科学数据及典型病例显示,妇科炎症导致的宫颈癌并非只是偶然事件,因此,积极预防和治疗妇科炎症是预防女性自我保健的重要措施。

妇科炎症千万不能“拖”

妇科炎症已成为妇科常见病,其发病率与感冒的发病率、咳嗽、头痛一样容易发,所以女性应当定期定期健康体检和自我检查的意识,发现外阴瘙痒、口唇异味有异味、伴下腹酸痛、白带异常等异常现象时,应立即至正规医院接受治疗,切忌不能“拖”!

天中山医院生殖科主任医师指出,女性步入中年之后,尽管依然保持良好的身材和较好的容貌,但不少女性却发现自己的身体力不从心。由于竞争压力过大,特别是大多数白领女性多忙于工作,身体不修边幅,等等,这些因素导致了再患病,耽误了治疗,严重影响了女性的生活质量,也造成了患者医疗费用的大幅度增长。因此,专家呼吁:现代职业女性应该懂得把健康放在第一位,因为只有学会关爱自己,才能更好地关爱他人,只有具备一个健康的身体才能更好地投入工作和生活。

妇科炎症主要有哪些?

临床上常见的妇科炎症主要有:外阴炎、阴道炎、宫颈炎、盆腔炎、附件炎、输卵管炎等;引发女性妇科炎症的常见原因有这些:

女性生殖系统经常会受到各种炎症,出现外阴疼痛、外阴瘙痒、阴道流血、白带异常、白带量多、色黄、性交疼痛、尿频、尿急、尿痛、下腹坠胀等症候,症状反复易发,经久不愈。凡什么细菌在体内滋生,必然为女性同病治疗。

长,如皮下容易积聚皮脂腺分泌物和上皮脱落细胞的包埋或包裹结石,易发生感染;如面、颈部和唇部可以通过性生活传播,因此,夫妻间的配偶60%~90%会有泌尿道滴虫或霉菌感染,但仅有不到20%的人有症状,因此常被忽略,如果感染了治疗,而丈夫不治,性生活又不保护,则妻子即便治愈,也会通过性生活被丈夫再次传染,又成为传染源。病原体在夫妻双方间反复“传递”,如此周而复始,双方的疾病都因而难愈。因此,对患有此类去感染病菌的妇女要求夫妻双方同时治疗,已成为临床治疗的常规。

坚持治疗妇科炎症的意义

大多数患者经过局部用药治疗后,症状会很快改善或消失,但这并不说明感染已彻底,而是病原体暂时受到了抑制。患者千万不要就此停药,而是应该遵照医生嘱咐,完成全疗程,月经期可以暂停用药,然后在月经干净后到院做妇科检查和白带分泌物的显微镜检查,阴性者至少近期复查。如果复发,还将继续治疗。只有连续三个月经期检查及阴道分泌物显微镜检查均无异常,才算完全治愈。有些患者不遵守用药规则,症状刚有好转即擅自停药,不久症状又出现,就再用药治疗一段时间,症状一消失又停止用药。如此月复月,会使病原体产生耐药性,影响药物疗效,导致炎症反复发作,久治不愈,给患者生活上带来不便,还会产生心理压力。因此,要想彻底治愈妇科炎症,一方面医生应该详细讲解用药方法及检查标准,另一方面患者要坚持治疗,定期复查,不要怕麻烦。



妇科炎症的治疗体系

患有妇科炎症,应及时到正规医院进行科学规范的治疗,并针对自身情况由医生介绍,炎症的治疗并不复杂,只要做到诊断明确、用药规范,注意卫生,规范治疗的方式,从各方面加以配合,是完全可以治愈的。妇科炎症的有序综合治疗可大致分为四大步骤:

首先,采用各种先进的检测设备和先进技术,精确查明感染源的各种细菌和病毒,对感染源和感染源进行科学的定量定性分析和诊断。

其次,专业医师依据大量临床经验和总结出的各种治疗方法,根据感染源和感染源,选择敏感的药剂,对感染源进行全系统综合治疗。

再次,配合采用理疗、微波、光导等现代物理辅助治疗,有效杀灭病原体细菌。

最后,在上述治疗全有进行的基础上,还应根据病情和身体变化,随时调整治疗方案和方式,保证疗效,同时注意日常保健和预防复发。

点评专家

左富兰 主任医师

从事妇产科临床工作30年,擅长对妇科各种炎症疾病、月经不调、更年期综合症、更年期综合征、女性不孕症的诊治。能熟练完成子宫切除术、卵巢囊肿切除术和输卵管手术。对宫外孕、各种妊娠合并症的预防和诊治有丰富的经验,对产科休克、重度妊高症、羊水栓塞、DIC等危、急、重症病人的抢救有精湛的技术优势。深受广大青年妇女的青睐。在国内各医学专业期刊上发表论文多篇,并获科研成果奖。

咨询热线: 8512 9999