

最鲜活的原汁原味在哪里?

果汁达人推荐

韩承是舒果特的老板之一,人们说他果汁大师,对于哪些水果可以搭配,他信手拈来。夏季到来,韩承说大部分水果都是可以多吃些的,当然最好的是梨汁和西瓜汁,香蕉和菠萝糖分比较多就不太适合多食,如果是饮料就可以做补充型的原料。当季最适合喝的

鲜果饮料应该是黄瓜汁、番茄汁、胡萝卜汁以及西瓜汁,不但能去热解毒还美容。他还特别推荐了在国外正风靡的小麦草汁,因为有股浓浓的青草味,杭州人还不太能接受。韩承特别制成了巴厘岛之恋,把猕猴桃和橙汁混合,加入小麦草汁,在水果味里掺着淡淡的青草香,如果个人喜欢甜味重,还可以多加香蕉和苹果来调和。

【哪里可以喝到最新鲜的果汁】

舒果特果汁大师

这家店很多人不陌生,在奥斯卡电影院对面,蛮小的店面,进门左边还设了两个堂食的位置,临街靠窗。经常去电影院光顾的人一定对它很有亲切感,等候的时候来一杯刚刚好。它家的果汁都是现榨的,品种不少,有带果肉的,也有过滤掉果肉的纯果汁。店是设计师马超和朋友一起开的,模式和设备都来自欧洲,一时间在杭城还引起了小小的风潮。

最贵的叫巴厘岛之恋(带果肉),15元。原料是猕猴桃+苹果+鲜橙汁+小麦草汁+沙冰,据说苹果榨汁是很容易氧化的,加猕猴桃一起榨,就能解决这个问题。

饮料杯子不大,大概也就400ML左右一杯,没有过滤,直接有果肉混合的,也不添加额外的糖分,口感很清

香。除此之外还有黄瓜汁或鲜橙汁加有机小麦草汁,小麦草是这家店的特色,老板说原料健康且营养丰富,还带有减肥功能。

晒果妹

台湾人开的果汁店,在文一路的宋江村,各种果汁可以在这里随意搭配,比如甘蔗苹果汁、香蕉牛奶汁,有时候买果汁还送手卷。他家的果汁很美味,而且是百分之百的现榨果汁,不掺任何的水。

水果巴士

看似是个水果店,但是为你代加工成果汁,这样的店在香积寺路不太起眼,如果路过买各种水果,可以让老板代加工成果汁,新鲜又实惠,还真才实料的看得见。



制作芒果班戟的步骤

港式餐厅老板教你做芒果班戟

现在正好是吃甜品的时候,新鲜的水果更是这一季的抢手,想吃甜品的时候一般想到各种甜品店,其实最正宗的甜品都出自地道的茶餐厅,找到了乐岛的港式餐厅掌门人赵扬,一个从小吃着香蕉班戟和芒果班戟长大的香港人,有朋友偷偷告诉我,他做的甜品有浓厚的香港味,杭州最地道的芒果班戟还真的只有他这里能找到。

班戟其实就是pancake(薄饼)的意思,赵扬做的芒果班戟和别人不太一样,吃着浓郁而香甜,这是小作坊式的做法,和有品牌连锁的甜品店最大的不同在于醇厚而入味。其实做法说来简单,你也可以在家一试。

1、布丁是事先做好的,最主要的是要挑选上好的香芒,还要有点刀工,因为芒果很难切成好看的丁。布丁里的芒果肉要分布均匀。

2、挖一勺芒果冰淇淋放在布丁上。如果要做得好看,挖冰淇淋也是有讲究的,冰淇淋要拿出来放几分钟,冰淇淋球软一些才比较好造型。

3、加入蛋奶。有浓郁的蛋奶味是芒果班戟好吃的最主要原因。

4、最后点缀上鲜奶油,不能太多。



咕咾肉



火龙果牛柳

吃饭的时候也要带点水果味

在餐盘中品尝季节,是热爱美食的人们最乐意去做的事。对一盘好吃的菜来说,最关键的还是原料,而这个季节水果如此丰富,不如在菜里配上水果吧,樱桃或者草莓,亮又红的颜色,入菜就能为佳肴增色。

爆炒,勾芡,将肉块兜匀,使每块肉都能沾满芡汁。菠萝必须是新鲜饱满的,水分要足。赵扬说香港人的咕咾肉里总要放上菠萝的,刚好这个季节的菠萝水分最丰厚,一口咬下去刚好中和了五花肉的油腻,还有香甜的菠萝味,爽口又鲜美。

成长条状。加入水淀粉及熟油拌匀后腌渍20分钟。火龙果切成长条,把黑胡椒粉、料酒、白糖、生抽、鸡粉和水淀粉调成芡汁备用。然后用炒锅放油将牛柳炒至6成熟,再放进调好的芡汁翻炒,最后青椒、红辣椒、火龙果一起放进翻炒至牛肉成熟。

入菜水果原料一:菠萝

菜名:咕咾肉

乐岛港式茶餐厅的咕咾肉是最地道的香港做法,赵扬说自己是喝着老妈的老火汤吃着地道的咕咾肉长大的,而这个咕咾肉让他想起在香港老家的日子了。

因为主要原料是肉,所以肉的好坏很关键,必须挑选肥瘦比例刚好是一比二的五花肉。为了保持肉味和外形好,上粉和炸油的热度也很重要。做咕咾肉的过程就是先切后腌,首先放咸味腌,使肉入味;然后加入生粉以封住肉的纤维,炸时肉汁不会干;然后加鸡蛋使色汁金黄、肉质香松;然后就是加入菠萝

搜索地:乐岛港式茶餐厅

入菜水果原料二:火龙果

菜名:火龙果牛柳

火龙果含有大量营养物质,有降低胆固醇、美白皮肤防黑斑的功效,还具有解除重金属中毒、抗衰老、瘦身等功效。火龙果牛柳算是广东一带的流行菜。牛柳能补充体力,而火龙果可以补充维生素,据说是熬夜人群的最爱。

火龙果要选超级大个的,一方面果壳可以用来做好看的盛器,一方面果肉会新鲜饱满。大厨说这道菜切牛肉很讲究,牛里脊肉先切厚片(大片),用刀背拍松(拍牛肉的时候用力要均匀),再切

搜索地:澳门街

入菜水果原料三:草莓

菜名:草莓蔬菜色拉

其实要想把时令的新鲜带回家,做个色拉就可以了。对于一盘好的色拉来说,最关键的就是原料和酱汁。在原料的搭配上,如果所选食材口味和口感间有很大差异,会给味觉以新的兴奋感。比如酸甜配清苦,软糯配脆爽。简单的做法就是蔬菜配蔬果,比如草莓配上芝麻菜,口感很特别,而酱汁就最好带有鲜明的特色,一般偏酸的油醋汁就可以,最简单的就是去进口超市买一瓶意大利红醋,配上橄榄油和柠檬汁就OK了。

本周买格兰仕微波炉赠品砸到家

面对广大消费者的热烈需求,格兰仕微波炉在杭州市启动“感恩中国行·夏日之旅”大型感恩活动,带来了非常振奋人心的双重惊喜:首先,活动期间,打造格兰仕全能光波微波炉高速输送通道,确保100%响应消费者需求;其次,6月6日开始限量砸出一批高附加值电器赠品,其中699元以上光波微波炉砸出两件电器赠品。

据有关卖场导购员反映,这些光波微波炉炖、烤、煮、蒸样样全能,特置几十种不同风味自动菜单,烦琐的烹饪“一键”搞定,打理一日三餐变得很轻松;而且光波炉烹调时无明火、无油烟,可以为消费者打造夏日清凉厨房。

眼下春末夏初,病菌活跃多发。而真正优质的光波炉不光烹饪全能,还是日常杀菌的一把好

手。经广东省卫生检验中心检测,格兰仕微波炉对大肠杆菌、金黄色葡萄球菌和沙门氏菌等有害菌的杀灭率均达到100%。现在许多消费者都学会利用光波微波炉为日用餐具、毛巾、手帕等进行高温杀菌。

虽然抢购需要付出出半时一刻的汗水,换来的却是整个夏天的凉爽和十年八载的轻松——即将到来的这个周末微波炉抢购战,非常值得期待。



走出校园 大学生助力绿色社区建设 ——首个必胜客环保周全国启动 让7天成为每1天

5月30日,来自浙江工商大学、浙江中医药大学等五所高校的一百多名环保志愿者在杭州市环保局宣教中心、志愿者协会、精神文明办等政府部门的支持下,与古东社区、清波门社区等五所杭州市的社区举行了结对仪式,践行“必胜客环保周”大学生支援绿色社区建设项目。

平日里为老百姓走街串巷、排忧解难的著名电视主持人“范大姐”,这次也来为杭州社区的环保事业帮忙助威。作为首届必胜客环保周杭州站的“绿足迹”代言人,除了畅谈自己对环保的理念,范大姐还在活动现场当起了“媒人”。经范大姐和搭档“小宋”的牵线搭桥,来自浙江中医药大学、浙江传媒学院影视艺术学院、浙江商业职业技术学院、浙江机

电职业技术学院、浙江工商大学的志愿者代表与清波门社区、洁莲社区、杭钢北苑社区、古东社区、北景园社区的代表结成对子。仪式上,高校环保志愿者们向社区代表递交了他们通过几周来的社区走访和居民调研制订的《绿色社区达标合理化建议书》,助力绿色社区达标。结对后,大学生环保志愿者们就有了实践的场所,而社区居民也能在志愿者的倡导带领下,营造更好的环保社区环境。

在这此前的数周中,杭州市环保志愿服务总队和必胜客联手,一起进驻杭州的多个社区,通过一系列的宣传环保理念教育以及互动向市民宣传以“绿足迹”为主题的低碳生活方式、推广低碳生活态度。“整理汽车后备箱”以及“绿色跳蚤市场”等互动在多

个社区搞得红红火火,居民们发现,其实生活中的一些小小举动,就能为环保事业做点贡献。“我们合办的此次绿足迹志愿活动,就是希望打造一个平台,杭州市环保宣教中心主任毛晓园表示”组织大学生走出校园,支援“绿色社区”建设,让环保理念深入社会、深入生活。”

这是首个“必胜客环保周”在全国21个城市同时发起的“大学生支援绿色社区建设行动”在杭州的启动仪式。据了解,全国在册的高校环保社团超过2800个,遍布全国各地大学。

“必胜客环保周最大的意义,在于扶持高校环保社团的健康发展。”必胜客华东市场公共事务部经理邓文枫对记者说。从2008年起,必胜客开始联手中华环境保护基金会,资助大学生开展环保公益项目的开发和实施。当年,来自全国24个省(自治区、直辖市)45所高校学生社团的50个公益项目得到了资助。如何让高校环保社团创造的优秀环保项目和环保理念走出校园、影响社会,成为必胜客大



学生环保公益小额资助项目最重要的部分。

为此,必胜客将每年5月的最后一周命名为“必胜客环保周”,计划在全国范围长期组织并推动高校环保社团走出校园、支援国家“绿色社区”建设项目。今年是必胜客环保周的第一年,全国已有21个城市的大学生环保社团与当地社区结对,协助达标绿色社区。