

## 特色历史

餐饮文化是一个广泛的概念,人们吃什么,怎么吃,吃的目的、吃的效果、吃的观念、吃的情趣、吃的礼仪,都属于餐饮文化范畴,它贯穿于企业经营和饮食活动的全过程,体现在各个方面、各个环节之中。

### 菜品文化

这是饮食文化的基础,我国饮食文化源远流长,历史上早有“八大菜系”之说,各派菜系覆盖范围比较广。人们享受饮食文化,要通过食物这个载体去实现。而对于地处北方的郑州来说,一些独特的菜肴更体现出了我们不同他处的、包含不同风韵的餐饮文化。

### 酒店文化

这是一种社交文化,是饮食文化的综合体现。它的文化品位最高,文化含量最大,最能反映企业的文化档次。如,代表满汉文化的“满汉全席”,代表清代文化的“随园菜”,代表红学文化的“红楼宴”等。餐厅的装饰、布置、风格、情调,都会给客人留下深刻印象,而且是第一印象。如热带雨林餐厅体现的是一种回归自然的餐厅文化。餐厅中茂密的森林,丛丛的灌木、

今年3月,在全国范围内展开的中国食文化研究会餐饮文化认定工作在我省拉开帷幕,而类似这种认定在河南尚属首次。一时间,人们对餐饮文化的关注热情再一次被点燃。在拥有黄帝故里、千年古商城以及3600年历史的郑州,独特的人文和历史文化孕育出了具有浓厚本土特色的餐饮文化。

## 打造独特餐饮文化

鸟语花香的绿色世界,让人如置身于原始自然的热带雨林之中。

酒店文化是实实在在的,必须从基础做起,必须从管理人员做起。像郑州本土的小南国,从成立之初便始终秉承“要想企业赚大钱,须让客人少花钱,只有客人少花钱,企业才能多赚钱”及“产品好、服务好、卫生好、环境好、价格低”的“四好一低”的酒店经营管理理念,获得了消费者的认同,才使小南国这个品牌在市场上生根、开花、结果。

### 小吃文化

这是最具民族特色和区域特色,最具食文化韵味的一种餐饮文化。人们通过小吃可以领略民间饮食的古朴醇厚文化底蕴。在郑州,几千年的商城底蕴和北方豪爽的民风,带来了具有独特韵味的小吃文化。炎炎夏日,要上几个小菜,几瓶啤酒,和朋友一起体会延续了千年的小吃所带来的畅快和快乐。

### 服务文化

这是一种形象文化人的形象文化。服务员是代表企业为客人服务的“大使”,她

们的装束打扮、服务动作、神态气质都反映出企业的形象。如北京ABC就是一家以特色服务为主题的餐厅,ABC的服务生与调酒师都是魔术师,经常以诙谐的表演为客人服务,目的是为客人营造一个轻松而又愉快的进餐环境。

其实,饮食文化内容并不止这些,像酒文化、茶文化也属于饮食文化。我们仅从以上几个领域就可以看出,饮食文化品位上去了,可以提高企业的知名度,增加客源。对于餐饮业来说,文化也是一种财富。当财富积累到一定程度之后,就会寻求一种突破。这种突破,实则是对餐饮文化的追求和创新。文化品位的提高,可以相应地甚至超额地提高产品和服务的附加值,为企业带来更大的效益。

对于我们郑州的餐饮业而言,厚重的文化是历史留给我们的财富,要想塑立郑州独特的餐饮文化,尤其是在全国都能形成独树一帜的文化,就必须依靠和利用历史留给我们的厚重的文化氛围,这份厚重,是孜孜不倦的追求,也是一种殷切的嘱托。

时鹏飞

### 美食煮意

您想了解美食的做法吗?您想了解美食的营养价值吗?即日起《美食煮意》栏目会尽可能地满足您的需求,让您的味蕾做一次休闲旅行吧!

## 虫草炖海参



**主料:**选用上等胶东天然海参  
**配料:**上等冬虫夏草若干  
**调料:**由高级上汤与独家自制秘制的调料

炼制而成

**营养价值:**成品色泽晶莹、红润,口感柔滑筋道,富有弹性。主味鲜香诱人,回味无穷,配以上等金边玉盘盛装,更彰显客人尊贵。常食具有增强免疫力、提高抵抗力之功效,因此被称作佳肴中的极品。菜品由胶东名厨主理,成品的做法与口味为省内独家,广受消费者的欢迎。

### 海参的药效作用

海参在《药典》和《中国海洋药物》上称为珍贵滋补药材和含有30多种活性物质的药物成分,能对人体起到以下健康保健和预防疾病的作用。

- 提高免疫力,预防感冒;
- 调节改善内分泌功能;
- 更年期的情绪烦躁、腰酸背痛、睡眠不好能有明显的改善;
- 陈旧性心肌梗塞和脑血栓恢复期有所改善;
- 具有清血、预防高血压、心脑血管疾病的作用;
- 改善贫血症者的血色素;
- 对Ⅱ型糖尿病患者血糖、尿糖情况有改善;
- 对中老年人尿频有所改善;
- 皮肤的皱纹减少,变得润泽,光滑有弹性,具有美容养颜效果;
- 能增强肿瘤患者免疫力,起抗癌作用,对化疗患者有增加白血球的作用;
- 刺参所含海参素和硒多糖,具有抑制癌细胞生长的作用;
- 有降低胆固醇、恢复脑细胞循环作用,增加大脑细胞学习能力及记忆力;
- 增加心脑血管的弹性,解除心脑血管痉挛,舒张心脑血管血液,促进侧枝循环的建立。

(小南国伊河路店今推出持本版到该店消费均可获得惊喜礼物与优惠折扣的活动)

小南国伊河路店提供

## 秋风瑟瑟寒袭来

## 滋补御寒 羊肉汤

本报记者 张森

随着气温不断降低,人们开始感受到了秋风瑟瑟的寒冷。特别是前一段时间郑州一直处在阴雨天气的控制下,使得许多市民因抵抗力差而出现呼吸道和消化道的疾病。

但是许多细心的市民会发现,郑州街头的羊肉汤馆和街边的羊肉汤摊的生意开始火了起来,有很多市民选择用羊肉汤来抵御秋风的寒冷,滋补身体。

羊肉味甘而不腻,性温而不燥,具有补肾壮阳、暖中祛寒、温补气血、开胃健脾的功效,所以天气寒冷的时候吃羊肉喝羊肉汤,既能抵御风寒,又可滋补身体,所以吸引了众多市民争相品尝。

在秋风瑟瑟中喝一碗热气腾腾的羊肉汤会感到神清气爽,体内的寒意也会随之而散。一位老字号羊肉汤馆的老板介绍,喝羊肉也应该注意一些问题,在喝羊肉汤的时候应该选择那些老字号羊肉汤老店,因为一些路边小摊的汤,肉质量都没有保证,而老字号的羊肉汤汤浓肉鲜,卫生质量有保证,市民只要记住“哪儿人多往哪儿去”,就能尝到汤浓味美的羊肉汤了。该老板还介绍,优质羊肉汤的特点是色泽光亮,呈乳白色,汤质优美,不膻不腥,味道鲜美。羊肉汤虽然味美而且还有滋补身体的功效,但是也要适可而止,因为过量喝羊肉汤会

引起上火,所以提醒“嘴馋”的市民要注意“量”。

该店老板还向广大的市民介绍了羊肉汤的家庭制作方法:首先是选料,一定要选择新鲜的羊肉,购买新鲜的羊肉应该到正规的超市或农贸市场选购,新鲜羊肉肉色红而均匀,有光泽,肉质坚而细有弹性,外表微干不粘手,气味新鲜无异味。做的时候先把羊肉、羊骨架洗泡干净;然后煮羊肉,煮的时候可适当放些葱姜,但是不能放大料,因为大料会导致羊肉串味,然后把煮熟的羊肉捞出来切成片备用;把羊骨架放进锅里,加满清水,用大火烧开,然后用小火慢慢地熬一个小时左右,把漂浮在上面的一些杂质舀出去,这时的汤就比较纯净了,放些葱姜段,继续熬,直到熬的汤成乳白色,像牛奶一样就可以了;然后把切好的羊肉放碗里,再放些香菜、适量精盐,把熬好的羊汤趁热倒入碗里就行了。喜欢吃辣椒的可按照自己的口味适当放些辣椒,再配以干饼或火烧就更有风味了。

还要特别提醒一些体质较弱的女性朋友,在熬汤的时候放入适量的当归和桂圆肉,再往汤中加入适量的白酒,这样熬制出来的羊肉汤不但能驱寒补气,还能美容护肤,使女性朋友在秋风中能喝出红嫩光泽的皮肤。



### 饮食文化



## 豆面糕为什么又称“驴打滚”

豆面糕又称驴打滚,是北京小吃中的古老品种之一,它的原料是用黄米面加水蒸熟,和面时稍多加水和软些。另将黄豆炒熟后,轧成粉面。制作时将蒸熟发黄米面外面沾上黄豆粉面擀成片,然后抹上赤豆沙馅(也可用红糖)卷起来,切成100克左右的小块,撒上白糖就成了。制作时要求馅卷得均匀,层次分明,外表呈黄色,特点是香、甜、粘,有浓郁的黄豆粉香味儿。

豆面糕以黄豆面为其主要原料,故称豆面糕。但为什么又称“驴打滚”呢?似乎是一种形象比喻,制成后放在黄豆面中滚一下,如郊野真驴打滚,扬起灰尘似的,故而得名。这一点连前人也发出疑问。《燕都小食品杂咏》中就说:“红糖水馅巧安排,黄面成团豆里埋。何事群呼‘驴打滚’,称名未免近诙谐。”还说:“黄豆粘米,蒸熟,裹以红糖水馅,滚于炒豆面中,置盘上售之,取名‘驴打滚’真不可思议之称也。”可见“驴打滚”的叫法已约定俗成。如今,很多人只知雅号俗称,不知其正名了。现各家小吃店一年四季都有供应,但大多数已不用黄米面,改用江米面了,因外滚黄豆粉面,其颜色仍为黄色,是群众非常喜爱的一种小吃。 章文



### 天天私房菜



## 职场男人自我保健菜单

中年男人最容易“透支”的就是健康。许多中年人都经历过情绪低落、容易疲劳、不愿意运动、失眠、头痛、注意力不集中的“亚健康状态”。长此以往,各种各样的疾病就会悄然袭来。为此,专家特别推荐了适于中年男人的自我保健菜单。

烤涮生猛海鲜成为一种饮食时尚,但是由于这些食物中存在寄生虫和细菌的概率很高,加之过于追求味道的鲜美,烹调如不够充分,易病从口入。

### ★推荐菜品:秋日田园

**材料:**鲜芦笋240克,鲜冬菇160克。  
**调味料:**素上汤1杯,盐、糖各半茶匙,姜汁、油各1茶匙,胡椒粉、麻油各少许。

#### 做法:

- 1.鲜冬菇去蒂,洗净,用煮滚的调味料焗熟(约需1分钟)。
- 2.鲜芦笋削去根端老梗,放入油、盐,在滚水中焗1分钟,捞出置冷水浸片刻,再放入煮滚的调味料中焗两分钟,使入味。

张森

## 宋贡 生于毫末



连续几届的中部酒交会,宋贡的表演可谓频频出彩。有人记载,在5000人参加的2003中原糖酒会上,最具视觉冲击力的,是主会场楼面巨型广告“宋贡酒业”。“后来,在第二届、第三届、第四届、第五届中原糖酒会上——宋贡绝对是鹤立鸡群”。

我参加过五、六两届展事,确证此言不虛。以第六届为例,在每个酒企前后大约花费数千元的广告,又从总部随时调动人马,在做与以前相同的楼体广告之外,还在开封市主干道大梁路,一半飘起了宋贡酒业红气球,主会场外,又整体拿下一座宾馆做为客商洽谈、酒品展示的处所,同时,一台和河南卫视联办的答谢晚会,更磁石般招徕纷至沓来的全国客商。未曾饮酒,已经醉于宋贡!

现在,我们一同走近宋贡,了解一下这个繁华秀场中的豫酒新品。

宋贡名气是近几年随着营销手段的翻新不断扩大的,而事实上,它是一个生于名酒之乡鹿邑县枣集镇的老厂,该地段被专家称之为“淮河名酒带”,抬头是宋河,隔河望去是古井贡,下游是洋河、双沟等。

群雄环伺的态势下,常规手段不足以出奇制胜,单拼广告、进城、进店,尾随其后,永难出头。宋贡灵活运用李耳老祖的“柔弱胜刚强”,剑走偏锋,在豫东农村打起了星火燎原的战术。它的根据如下:

知名品牌和大品牌如今都在大中城市争夺市场,广告战、价格战、促销战光怪陆离,风起云涌的“进城”运动和营销人助力的呐喊,使许多酒企失去了反观自身的理智,有条件进城,无条件硬起头皮也进城。于是,酒业后浪推前浪,前浪死在沙滩上。而在这些战役中,农村市场似乎风平浪静,中国有8亿农民需要消费,这个市场也许粗放,但是易于切入,并且品牌忠诚度也最好培养。

宋贡就此发力。由于地缘优势,它率先在豫东本土化运作,降低包装成本,先开发出光瓶的宋贡粮液,继而根据反馈意见推出半斤装的小规格包装,这样一来,酒量大的一次一瓶正好,酒量一般的两人一瓶,不但受到男子的喜好,而且得到了主妇的欢迎。

产品做的好,还要吆喝的好,宋贡选择了省级媒体中收视率最高的栏目,一次次不间断地强化着人们的记忆。与此同时,活跃在乡镇中的一彪营销人,则开始地毯式无缝隙铺货,乡镇中没有进店费和上柜费,宋贡把节省下来的这些费用列支于当地经销商的户外广告、门头装修、机动车身广告,酒店招贴画等方面。

在豫东成功地形模式后,宋贡又把它克隆到豫北的新乡、安阳、焦作、濮阳等地乡村市场,实践证明,这样一条人弃我取、精耕细作、小步快跑的路径是值得同业尤其是新生代深思的。千百年前,曾经饮用过宋贡水脉的老子有云:“合抱之木,生于毫末;九层之台,起于垒土”,宋贡下一步是向县城和个别城市发展,依旧主打中低档市场。从目前来看,宋贡这条“毫末”之路上行驶的是一辆疾行而平稳的豪车,猎猎酒旗飘处,送出沁脾之香。

王见宾

### 健身休闲

现在,健身已经成为一种潮流,为了强身健体,许多男人走进了健身房。需要注意的是,在锻炼时还需掌握一定的小知识。



## 男人健身 需要注意什么

### ●大汗淋漓 小心脱水

男人比女人更需要水分,对男人来说,肌肉中所需的水分比脂肪中高三倍多,而在男人的身体中,肌肉占40%左右,在普通女性身体中,肌肉只占20%多一点。

水还能润滑关节,调节体温和溶解、运送进入人体的营养物质。一般男人每天需要两升左右的水,运动的男人会有成倍的耗水量。

### ●训练中 要及时补充钙

钙是一种维持生命所必需的矿物质,它可以降低体内的胆固醇,增加耐力,还可以使肌肉增长、氧化脂肪。

优质的葡萄和葡萄干有天然“钙库”的美誉。普通男人每天吃一串葡萄就可以提供足够的钙,参加健身运动的男人需要加倍。

### ●身上常有淤血 需要补充维生素K

在锻炼中,有的人稍微磕碰,身上就起青肿或淤血,并且久久不愈,这是身体缺乏维生素K的一个信号。维生素K是“止血功臣”,缺乏它,会延迟血液凝固,严重者还会造成血液不能凝固。

花椰菜含维生素K十分丰富,每星期吃2~4次花椰菜能很好地缓解身上起青肿或淤血的情况,其次,芦笋和莴苣里也含有维生素K。常吃富含维生素K的食物,不仅可以强化血管壁的柔韧性,还可以杜绝青肿和淤血的发生。

### ●运动抽筋 注意补充钙、镁

运动后出现腿抽筋症状,并不表明你的运动量超负荷了,而是营养不足造成的。钙、镁协同在人体的主要作用是参与神经肌肉的传导,体育锻炼很容易造成人体钙、镁缺乏,继而使神经肌肉的传导受阻,导致腿脚抽筋。

成年男人每日钙需求量为1000~1800毫克,镁的每日膳食推荐量为350毫克,钙的来源充足,其中牛奶就是不错的选择。绿叶食物中所含的镁最容易吸收,在坚果、海鲜中也可找到丰富优质镁。

### ●运动后锌流失过多

对于参加健身运动的男人来说,会丢失更多锌,特别是出汗较多时,所以补锌对经常运动的男人尤为重要。多吃瘦肉、牛排是摄取锌的有效方法。海鲜、蘑菇、瘦肉、鸡蛋、粗粮中也含有丰富的锌。

张森