

ISSN 1004-0137

CN 12-1188/R

食品与健康®

SHIPIN YU JIANKANG

2018



本期
视点

舌尖热舞

以椒之名 赋辣之味

“不务正业”的甜椒

看我**72**变

卫嘴子说津菜：

炸 | 蟹 | 盖 |

食品与健康[®]

2018年10月

月刊 总第302期 (1989年创刊)

主管 / 天津市科学技术协会

主办 / 天津市科学技术期刊学会

协办 / 天津市科学技术信息研究所

天津市科普中心

编辑出版 / 《食品与健康》编辑部

顾问 / 许先

编辑部主任 / 李婧

编辑部副主任 / 马静

主编 / 李娜

责任编辑 / 陈佳 宋晨 王茂园

美术编辑 / 郭洋

技术编辑 / 陈燕夷

电子信箱 / spyjk@tisti.ac.cn

电话 / 022-23374664 23330583

传真 / 022-23374664

邮编 / 300074

地址 / 天津市河西区吴家窑大街22号

天津市科学技术信息研究所

发行范围 / 公开

邮发代号 / 6-46

发行 / 天津市邮局

印刷 / 天津恒远印刷有限公司

广告发布登记编号 / 津市场监管西广登[2018]06号

国际标准连续出版物号 / ISSN 1004-0137

国内统一连续出版物号 / CN 12-1188/R

出版日期 / 2018年10月5日

定价 / 6.00元



卷首语

01 童味

资讯

04 我国将进一步完善麻醉医疗服务 / 中科院成功攻克小麦糊粉层分离技术 / 日本培育出可以吃皮的香蕉

本期视点：舌尖热舞

06 以椒之名 赋辣之味

08 “不务正业”的甜椒

09 辣椒与诺贝尔奖

10 看我72变

12 黔菜之魂

知节寻俗

14 花菊馨香说重阳

养生食堂

16 秋日养肺去燥咳

津津有味

18 有声美味——熟梨糕

20 卫嘴子说津菜：炸蟹盖

食物百科

22 橘子黄 医者藏

24 养生乌龙茶

25 银脂带鱼

健康一家人

- 26 抗肺炎的维生素 B₆
- 28 HPV 疫苗全解读
- 30 浴室玩具暗藏病菌

快乐厨房

- 31 文怡拿手菜 : 辣酱子
- 32 小菜篮里的大学问 : 南瓜和芝麻菜的挑选窍门
- 34 文怡拿手菜 : 什锦炒豆腐

生活指南

- 35 老年人如何“秋冻”
- 36 “救命神器” AED
- 38 新鲜果蔬汁助力健康生活
- 39 我的养膝护膝方
- 40 神奇动物之藏羚羊
- 42 零食, 是天使还是魔鬼?

食话实说

- 44 生食怎样吃才健康
- 45 多食槟榔当心致病
- 46 控制脂肪摄入有技巧
- 47 这样熬鸡汤味道更鲜美

饮食故事

- 48 草原奶茶香
- 50 镇江中秋食俗
- 51 油糊塌
- 52 乡村老味道
- 54 田头屋脊晒红云
- 55 碎碎念羊杂
- 56 秋染柿子红

慢病食方

- 57 全球最健康的饮食方案 : DASH 饮食法

心灵加油站

- 60 老高体验“刷脸”

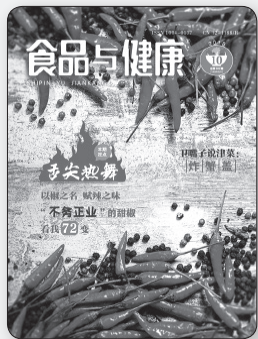
科大食品讲堂

- 62 “滋补软黄金”黑枸杞的三大试金石

编读热线

- 64 人体缺氧时该如何正确处理? / 如何烹饪黏液多的蔬菜才能更美味呢?

· 本刊声明 ·



1. 凡投给本刊的稿件均视为作者将该稿的专有使用权转让给本刊, 本刊有权将其刊登于本刊出版的纸质版和电子版。该稿不能再投给他人, 如发现一稿多投, 不付稿酬。作者不同意前款规定, 可以不投稿。
2. 本刊所载稿件版权所有, 未经许可不得转载。
3. 内文插图纯为装饰用, 与文字内容无关。
4. 本刊所载食疗、偏方仅供参考, 请在医生指导下服用。
5. 如发现错页、缺页等质量问题, 请将刊物寄至印刷厂调换。联系电话: 13662113153

本刊编辑部