



热点 Feature

◎ 时讯

4 || 农业部称去年未检出皮革奶等

◎ 本期策划

6 || 你看得懂食品标签吗?

◎ 生活资讯

61 || 漫画 || 郑辛遥

62 || 教授发明吸入式食物机等



家庭 Family

◎ 孔娘子厨房

12 || 美国海鲜大餐(外一题) || 孔明珠

◎ 家厨事典

13 || 早春小镇游与草莓蛋糕 || 蓝调莎

14 || 海味极品——干贝 || 李兴福

◎ 东方厨情

16 || 精食时代的外卖

◎ 膳食善源

20 || 三岁孩子喜欢的健康餐 || 王芸洁



◎ 食物灵趣

21 || 茴香的立场 || 陶唯倩

◎ 老马识毒

22 || 海产品和淡水水产品, 哪种更安全? || 马志英

乐活 Lohas

◎ 封面美食

25 || 奶酪吐司脆 || 君之

◎ 大厨解密

26 || “光头波波”厨艺高 荧屏亮相胡忠勇 || 闲云

◎ 悠闲时光

28 || 琉森老瑞士餐馆的顶级牛排 || 杨周彝

38 || 博洛尼亚, 舌尖在舞动 || 晓玮

◎ 饕餮风尚

30 || 老宅新开餐馆 数字不是游戏 || 野鹤

◎ 食亦有知

31 || 蜂蜜的食用方法 || 曾先知

◎ 饮食男女

32 || 寂寞豆捞 || 何菲

◎ 杏林漫谈

34 || 入春摄生须调肝 || 朱鼎成

◎ 厨艺秀场

35 || 柠香杏仁酥虾球 || 文怡

◎ 健康生活

36 || 高尿酸血症饮食治疗新观点 || 孙建琴

37 || 老年人血液中少盐易发生骨折 || 曹淑芬



健康 Health

◎ 养生之道

15 || 有酗酒家族史的人更容易肥胖 || 严毅梅

48 || 人到中年 如何呵护消化道 || 梅一鸣

◎ 食疗门诊

41 || 补肺润肠卤煮汤 || 尹琳

◎ 名医观点

42 || 高血脂，一个不很准确的说法 || 杨秉辉

◎ 营养大讲堂

44 || 管好脂肪 守住健康 || 金文泉

◎ 食品安全

50 || 比砒霜还毒的土豆和西红柿? || 云无心

◎ 健康月报

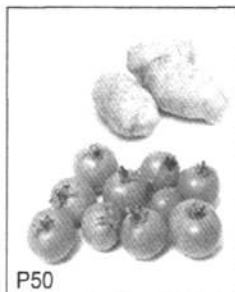
51 || 红薯是超级抗癌食物等

◎ 健康食品超市

64 || “恩泉”有机红花山茶油等



P42



P50

人文 Culture

◎ 文人沙龙

24 || 可爱春笋 || 陈孟湘

◎ 蓝屋盛宴

52 || 棉花糖

——1904年美国圣路易斯世博会的发明 || 程乃珊

53 || 星巴克四十岁了! || 程乃珊

◎ 石库门味道

54 || “总统先生，请坐!” || 沈嘉禄

◎ 九州美食

55 || 贵州牛干巴 || 王锡忠

58 || 沙田乳鸽 || 唐仁承

◎ 台前幕后

56 || 吴门宴天子

——从“红楼菜”到“织造官府菜” || 江礼扬

◎ 海上寻梦

59 || 鱼翅鲍鱼转眼忘 千人一面是阳春 || 管继平

◎ 异域风情

60 || 生活在南国 (三):

清淡版麻辣烫——酿豆腐 || 谢彤影



P52



P56

封面 || 奶酪吐司脆 摄影 || 君之

封二 || 美国马铃薯协会

封三 || 喜福来红蛋

封底 || 恩泉有机红花山茶油

40 || 北京市营养源研究所分析检测中心

下期要目

○ 食用油的门道

○ 情陷蒜香

○ 糙米的“营养功能”与“风险”随行

○ 春韭菲菲

○ 法式菜中的法兰西精致

○ 名邸阳光灿烂

本刊声明

1、从稿件投到本刊之日起，三个月内未得到录用通知、发表在杂志上的，投稿者方可自行处理。原稿件一律不予退还，敬请自留底稿。请勿一稿多投。

2、稿件自发表之日起，本刊拥有其专有出版权、网络传播权及转载第三方使用权等。

3、本刊作者须保证来稿中(含图、照)无侵犯他人著作权或其他权利的内容，并将对此承担责任。

4、如对上述合作条件有异议的，请在来稿上注明，否则将视作同意。

5、如发现本刊有印刷质量问题，请直接与印刷厂联系。电话：021-64366274