



热点 Feature

◎ 时讯

4 || 今年5月1日起禁产禁用面粉增白剂等

◎ 本期策划

6 || 食用油的门道

◎ 生活资讯

61 || 漫画 || 郑辛遥

62 || 奥巴马自酿啤酒酬宾等



家庭 Family

◎ 孔娘子厨房

12 || 春韭菲菲 || 孔明珠

13 || 虾子酱油 || 孔明珠

◎ 家厨事典

14 || 番茄酱洋葱比萨 || 蓝调莎

◎ 食物灵趣

15 || 黑木耳的理想 || 陶唯倩

◎ 东方厨情

16 || 情陷蒜香



◎ 老马识毒

20 || 你可能每天在吃塑料 || 马志英

◎ 膳食善源

22 || 教儿子吃中国菜 || 王芸洁

◎ 水果时间

24 || 车厘子 || 薛理勇

乐活 Lohas

◎ 封面美食

25 || 美味烤箱菜：乳酪鸡腿卷 || 君之

◎ 健康生活

26 || 抗氧化剂，吃还是不吃？ || 葛声

27 || 增加进食频率有助减肥 || 严毅梅

◎ 饕餮风尚

28 || 名邸阳光灿烂 || 野鹤

29 || 不可错过的江浙特色菜巡演 || 老饕

◎ 大厨解密

30 || 科班出身 酒店行走——创意常虹 || 闲云

◎ 厨艺秀场

32 || 秘制香橙排骨 || 圆猪猪

◎ 杏林漫谈

33 || 鼻子趣谈 || 朱鼎成

◎ 饮食男女

34 || 冷情热爱 || 何菲

◎ 食亦有知

37 || 春季养生 蜂蜜最佳 || 曾先知

◎ 悠闲时光

38 || 自助游欧洲如何搞掂一日三餐 || 灯不鲁姑



健康 Health

◎ 食品安全

- 41 || 食品的最佳温度是多少? || 谭敦民
50 || 糙米的“营养功能”与“风险”随行 || 云无心

◎ 食疗门诊

- 42 || 春天到, 预防上“火”很重要 || 陈思

◎ 名医观点

- 44 || 盐与中风 || 杨秉辉

◎ 健康月报

- 45 || 韩国: 能治疗酒精中毒的大米等

◎ 营养大讲堂

- 46 || 没有蛋白质, 就没有生命与健康! || 金文泉

◎ 养生之道

- 51 || “吃不饱”派对 || 融融

◎ 健康食品超市

- 64 || “恩泉”有机红花山茶油等



人文 Culture

◎ 蓝屋盛宴

- 52 || 法式菜中的法兰西精致 || 程乃珊
53 || 你认识砵酒吗? || 程乃珊

◎ 九州美食

- 54 || 美人难过酸野摊 || 尹琳
55 || 阿一鲍鱼 || 唐仁承

◎ 台前幕后

- 56 || 三十餐餐坐与土 || 江礼扬

◎ 石库门味道

- 58 || 三鲜豆皮八卦汤 || 沈嘉禄

◎ 海上寻梦

- 59 || 人面麻花相对搓 || 管继平

◎ 异域风情

- 60 || 生活在南国 (四):
寻觅古早味——咖喱面包咖啡乌 || 谢彤影



封面 || 乳酪鸡腿卷 摄影 || 君之

封二 || 喜福来红蛋

封三 || 来自德国的香浓咖啡

封底 || 恩泉有机红花山茶油

36 || 《食品与生活》杂志征订广告

40 || 上海市食品研究所检测中心

下期要目

- 益生菌开启肠道革命
- 好笋知时节
- 感冒何必要输液
- 紫菜这玩意儿
- 新鲜蚕豆会导致溶血吗?
- 你会吃醋吗?

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, 网络传播权及转授第三方使用权等。
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