

Food And Life

定价 6 元
总第 291 期

食品与生活®

2013 11

饮食安全 健康生活

秋季饮么也
品橘正当时

咸菜鞭笋炒毛豆
亲，你大米过敏吗
科学排毒 规避误区

手信，情在递交中

鲜美菌菇

邮发代号：4-430

ISSN 1004-5473



9 771004 547013



◎ 刊首语

1 || 一叶知秋

热点 Feature

◎ 时讯

4 || 澳门颁布《食品安全法》等

◎ 本期策划

12 || 鲜美菌菇

正规的菌菇厂家和基地在出菇后是不使用任何农药、杀虫剂的，因为一般菌菇生长周期短、生长环境相对封闭，不像一般蔬菜那样可以代谢掉一部分，一旦出现乱用药或栽培方式不恰当的情况，很可能导致农药、重金属超标等问题。这从另一个方面显示出菌菇本身在蔬菜中拥有较高的安全性，但必须是在规范培植的前提下。

◎ 微讯天下

62 || 能用米饭做面包的家用面包机等

品味 Taste

◎ 上海好味道

6 || 永远的“春秋” || 江礼旸

◎ 江湖食事

8 || 赏味 || 何菲

◎ 文人沙龙

9 || 何处芳菲 || 张予佳

10 || 秋季饮么也 || 吉泓毅

◎ 不素之客

11 || 访问“老山东” || 老波头

安全 Safety

◎ 热点追踪

16 || 用脑、用心、用情 做好老年配餐工程 || 陶观武 杨珏青

◎ 监管动态

18 || 上海初步建立保健食品监管长效机制

19 || 2013年上海市第三季度食品安全风险监测情况

◎ 知识链接

19 || 如何选购水果更安全

◎ 法规解读

20 || 毛蚶、枪虾等仍不能上沪餐桌 (二)

◎ 食话实说

21 || 科学排毒 规避误区 || 冯颖

◎ 环球速递

22 || 意大利警方捣毁假有机食品供应链等

◎ 百姓关注

23 || 品橘正当时 || 萧扬

◎ 老马识毒

24 || 选好酱油需“五看”标签 || 马志英

◎ 互动平台

25 || 举报热线: 12331

食尚 Trend

◎ 江南当家菜

26 || 咸菜鞭笋炒毛豆 || 孔明珠

◎ 厨厨动人

28 || 食之绝句

——料理人小松本高高的饮食格调 (一) || 任律

30 || 从太阳到月亮——再品李强 || 闲云

◎ 饕餮风尚

32 || 名符其实“鲜得来” || 陶观武

34 || 熟悉的好味道 || 紫苏

◎ 厨艺秀场

36 || 跟着大厨逛菜场——秋意渐浓兴不尽 || 青玉

◎ 家厨事典

39 || 南瓜泥胚海苔萝卜丝馅面包 || 蓝调莎

40 || 靓丽丝瓜菜 || 麦琪

41 || 冷艳妖娆的干爆明虾墨鱼 || 杨志明

◎ 九州美食

42 || 糯米鸡 || 唐仁承

◎ 百佳好味

43 || 绍兴饭店品“佳宴” || 野鹤

◎ 调料十二宝

44 || 土地里长出来的青霉素——大蒜 || 宋健华

◎ 东方厨情

46 || 手信，情在递交中

食粹

手信，一个好听的名字，又名“伴手礼”。比起礼品名称的严肃气，增加了一份温情：千里送鹅毛，礼轻情意重。它往往不那么贵重，却表达了人与人之间情感的联系，收到手信与给予手信的时刻，有温暖，有幸福。

◎ 食粹

50 || 滨水景观意大利餐厅——天水恋 || 蒨萝

50 || “朋友家”的咖啡店 || 蒨萝

◎ 红酒月历

51 || 葡萄酒的保质期 || 西域美酒

乐活 Lohas

◎ 名医观点

52 || 喜悉我国乙肝患者减少 2 000 万 || 杨秉辉

◎ 健康生活

53 || 亲，你大米过敏吗 || 孟拓

◎ 药膳食疗

54 || 百岁寿星的营养与健康 (三) || 冯颖

55 || 常见病药膳食疗 (十) || 乾人

◎ 食亦有知

56 || 深秋健康美食赏 || 指纹

57 || 防秋燥宜选择“大众蜜” || 曾先知

◎ 营养大讲堂

58 || 关注中老年骨关节健康 (二) || 金文泉

◎ 旅游时光

60 || 寻味兴化之李中水上森林公园 || 蔡韬

兴化市内湖荡密布，河道纵横交织，湖荡内水草丰美，注定了它的水产丰盛。逛累了，在李中水上森林公园的小木屋里品尝兴化的野生青虾、河蟹等水产品。更有沙沟鱼圆、蟹黄汪豆腐、芋头烧肉等地方特色名菜。

◎ 健康食品超市

64 || 野生葛根粉等

下期要目

- 奇妙香辛料
- 姜汁饭
- 吃有吃相
- 腊味过冬
- 去小镇喝早茶
- 忆食记情

封二 || 喜福来红蛋

封三 || 《食品与生活》征订广告

封底 || 恩泉有机红花山茶油

杂志部分图片提供：东方 IC

专家委员会

(以姓氏笔画为序)

马志英 (上海市食品协会专家委员会主任)

王锡昌 (上海海洋大学食品学院院长)

厉曙光 (复旦大学公共卫生学院营养与食品卫生学教研室主任)

孙建琴 (复旦大学附属华东医院临床营养中心主任)

乔勇进 (上海市农业科学院农产品加工研究室主任)

沈丕安 (上海市名中医、主任医师、上海药膳协会会长)

李云飞 (上海交通大学食品科学与工程系主任)

杨秉辉 (中华医学会常务理事、中国健康教育协会副会长)

杨平 (上海市科委科普工作处正处级调研员、高级工程师)

陈娟娟 (上海市餐饮烹饪行业协会副秘书长)

陈有容 (上海市食品学会乳酸菌专业委员会主任)

陈德兴 (上海中医药大学教授、博导、上海药膳协会副会长)

张克春 (上海市奶牛研究所所长)

严维凌 (上海市食品研究所总工程师)

刘少伟 (华东理工大学生物工程学院食品科学与工程系教授)

姜培珍 (上海市疾病预防控制中心主任医师)

曹文明 (上海市粮食科学研究所副所长)



《食品与生活》

——上海市食品安全委员会办公室、

上海市食品药品监督管理局 (SHFDA)

指定合作媒体

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、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。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、本刊选用或转载的文章图片，都按规定向作者支付稿酬，如三个月内未能准时收到稿酬者，请速与本刊编辑部联系。

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：021-56928211。



醇正好味道 欢乐100%



年轻好体态 健康好人生 嘉仕有机 就是为你



采百花精华 酿王凯真品



天茸生态 自然健康



中国茶油 恩泉品质



传统红蛋 经典传承



健康福圣元 快乐好睡眠