

Food And Life

定价 **6** 元
总第 292 期

食品与生活®

2013 **12**

饮食安全 健康生活

食“膏”有方

有趣的石螃蟹

社区牵线又搭桥
白领就餐没烦恼

各色暖锅吃起来

腊味过冬

保健品不是药
不能治病

神奇香辛料

邮发代号: 4-430

ISSN 1004-5473



9 771004 547013

万方数据



- ◎ 刊首语
- 1 || 五味的调和

热点 Feature

- ◎ 时讯
- 4 || 美国初步禁用人造反式脂肪等

- ◎ 本期策划
- 12 || 神奇香辛料

调味品的大盛将原本因膻臊、寡淡而不能食用的食材变成可口之物。盐、梅、蜜、饴等提供了咸、酸、甜等基础味道，而香辛料则在基础调味品之外，赋予食物更特殊、复杂的香气和口感。

- ◎ 微讯天下
- 62 || 去乌镇品湖羊美味等

品味 Taste

- ◎ 食魅六记
- 6 || 忆食记情 || 江礼珺
- ◎ 江湖食事
- 8 || 便足了一生 || 何菲
- ◎ 石库门味道
- 9 || 吃有吃相 (一) || 沈嘉禄
- ◎ 半山桥杂烩
- 9 || 有趣的石螃蟹 || 杨忠明
- ◎ 不素之客
- 11 || 楔子菜 || 老波头

安全 Safety

- ◎ 热点追踪
- 16 || 社区牵线又搭桥 白领就餐没烦恼 || 陶观武 杨珏青
- ◎ 知识链接
- 17 || 如何选购速冻调制食品
- ◎ 监管动态
- 18 || 上海公布第三批食品安全“黑名单”
- 19 || “野生灵芝孢子粉”等 14 种假冒、不合格保健食品被曝光
- ◎ 食话实说
- 20 || 关于转基因食品的几则流言 || 飞雪
- ◎ 环球速递
- 21 || 美国将推动转基因食品透明化等
- ◎ 百姓关注
- 22 || 食“膏”有方 || 萧扬

- ◎ 老马识毒
- 23 || 保鲜橘和染色橙 || 马志英
- ◎ 有奖竞赛
- 24 || 2013 年食品安全有奖知识竞赛
- ◎ 互动平台
- 27 || 举报热线: 12331

食尚 Trend

- ◎ 江南当家菜
- 28 || 去小镇喝早茶 || 孔明珠
- ◎ 厨厨动人
- 30 || 食之绝句
——料理人小松本高高的饮食格调 (二) || 任律
- 32 || 七滋八味品何斌 || 闲云
- ◎ 饕餮风尚
- 34 || 上海清真第一涮“洪长兴” || 陶观武
- 36 || 朴“素”之美 || 紫苏
- 38 || 素食的艺术——大蔬无界·美素馆 || 蔡韬
- ◎ 厨艺秀场
- 40 || 跟着大厨逛菜场——冬日赏味是清馋 || 青玉
- ◎ 家厨事典
- 42 || 雀巢 Dolce Gusto 多趣酷思胶囊咖啡机上市
- 43 || 个性胶囊咖啡机引领时尚新态度
- 44 || 各色暖锅吃起来 || 麦琪
- ◎ 名厨谈艺
- 45 || 冬季抗衰老食疗佳肴 || 李兴福
- ◎ 九州美食
- 46 || 姜汁饭 || 唐仁承
- ◎ 百佳好味
- 47 || 馋游西塘 || 野鹤
- ◎ 调料十二宝
- 48 || 世界之香——咖喱 || 宋健华
- ◎ 东方厨情
- 50 || 腊味过冬
- ◎ 食粹
- 54 || 去“致真会馆”独享有机大闸蟹 || 樱桃
- 54 || 90 后女孩的个性咖啡店 || 苜萝
- ◎ 红酒月历
- 55 || 在意大利佛罗伦萨艳遇 TORCICODA || 宗沛东
- ◎ 专访
- 56 || 覆盆子，中老年人理想的保健果品
——访德兴市三清山植物食品有限公司董事长祝天才

乐活 Lohas

◎ 名医观点

57 || 保健品不是药，不能治病 || 杨秉辉

◎ 健康生活

58 || 普食育 健肠道 创未来

——养乐多携手2013上海早教节打造儿童食育与营养专项研讨会 || 王瑾

◎ 药膳食疗

60 || 痛风的中医治疗 || 沈丕安

61 || 常见病药膳食疗(十一) || 乾人

◎ 食亦有知

62 || 冬令进补之有机根茎类蔬菜 || 指纹

63 || 蜂场“采蜜”也需辨真假 || 曾先知

◎ 营养大讲堂

64 || 管住嘴 谨防痛风痛煞人 || 金文泉

◎ 旅游时光

66 || 今冬冰火之旅

冬季是游三亚的最佳时节，全年20℃左右的平均气温，是躲避严寒的好去处。去东北感受真正的冬天，银白的世界，寒冷像冰柜的室外和温暖如春的室内。

70 || 2013年总目录

下期要目

- 火锅演义
- 今年除夕在异国
- 丰收蟹宴
- 有机专供的民宿菜
- 品食记趣
- 心脑血管病危险因素叠加效应

封二 || 2013年食品有奖知识竞赛活动须知

封三 || 喜福来红蛋

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



天苴生态 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