

饮食安全
健康生活

Food and Life

CN 31-1616/TS ISSN 1004-5473 总第 397 期

食品与生活®

2022 09

预制菜
未来可期

说海鲜



一颗“酱心”
铸美味

月饼中的
脱氧剂

刺身盛

可喝可炒的
牛奶

20 款空气炸锅
深度测评

仲秋润燥
食疗方

邮发代号: 4-430

ISSN 1004-5473



9 771004 547228



定价 10 元

扫码关注
微信公众号

Contents 目次 2022.09



封面摄影·楠枫
封面静物·温暖的抱抱

P12



刊首语

- 1 预制菜火爆的背后

| 热点 |

时讯

- 4 中消协发布上半年十大投诉热点, 等
- 6 预制菜 未来可期

| 品味 |

🎧 江湖食事

- 12 宁波哥哥二三事 / 何菲
- 石库门味道
- 15 一颗“酱心”铸美味 / 沈嘉禄
- 半山桥杂烩
- 20 鱼泉 / 杨忠明
- 文人沙龙
- 22 猪肋排的一段往事 / 邱伟坚

| 安全 |

监管动态

- 23 长三角区域食品安全信息追溯体系一体化建设初具成效 / 王玮娟

热点追踪

- 24 3项指标达到历史最好水平 多领域治理效能持续提升——2022年上海市食品安全宣传周正式启动

老马识毒

- 26 月饼中的脱氧剂 / 马志英

药你好看

- 28 美瞳佩戴不当可能伤眼 / 赛琳娜
- 30 口腔溃疡反复发作怎么办

你点我检

- 31 食品安全“你送我检”百姓消费更有信心 / 闵俊燕
- 32 2022年上海市食品安全“你点我检”奉贤专场暨奉贤区食品安全宣传周正式启动

互动平台

- 34 不可食用新鲜黄花菜, 等



P36



P72



P48

P80

环球速递

- 35 古巴放宽旅客携带动物源性食品入境限制, 等

| 食尚 |

东方厨情

- 36 说海鲜
- 孔娘子厨房
- 43 刺身盛 / 孔明珠
- 名厨谈艺
- 46 嫩腴淡雅茭白菜肴 (三) / 李兴福
- 九州美食
- 48 可喝可炒的牛奶 / 唐仁承
- 50 福州味道 (五) / 刘国斌
- 艺味庖厨
- 52 美味的脆哨 / 杨周彝
- 家厨事典
- 54 20 款空气炸锅深度测评 / 樱桃
- 60 吐司的 1 000 种玩法 (十五) / 李珏

美蓄有约

- 64 开学了 让早餐赢在起跑线上 / 李珏 普普
- 和风细语
- 68 福冈的穆斯林餐厅 (上) / 王正全

| 乐活 |

- 洛菽茶话
- 70 茶汤妙用 / 吉洛菽
- 皮影集市
- 72 椒聊 / 皮皮
- 食亦有知
- 74 木耳菜 有爱吃的吗 / 蒋宇利



闲鱼札记

- 76 我的真命天“术” / 松子鱼
- 名医观点
- 79 “优质蛋白”说 (下) / 杨秉辉
- 药膳食疗
- 80 仲秋润燥食疗方 / 夏乐敏

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, 也未发表在杂志上, 投稿者方可自行处理。
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。

杂志部分图片提供 / 东方 IC