

饮食安全
健康生活

Food and Life

CN 31-1616/TS ISSN 1004-5473 总第 402 期

食品与生活®

2023 02

情人节
读懂巧克力的
心语

老昆山
江南味

二月
专属的甜蜜

花茶和米酥

空气炸锅纸的
安全性
不容忽视

只此
青绿

Sweet

戒不掉的甜

邮发代号: 4-430

ISSN 1004-5473



9 771004 547235



扫码关注
微信公众号

定价 10 元

Contents 目次 2023.02



封面静物 · 巧克力甜点

刊首语

- 1 不与甜“绝缘” / 旷远

| 热点 |

时讯

- 4 “2022 年食品安全与健康流言榜”发布, 等
本期策划
- 6 戒不掉的甜

| 品味 |

📍 江湖食事

- 14 太仓 生活从未是从属 / 何菲
石库门味道
- 17 辣不怕的湘菜 / 沈嘉禄
半山桥杂烩
- 22 老昆山江南味 / 杨忠明

文人沙龙

- 25 棉籽油 / 邱伟坚
- 26 《无名》里的食物密码 / 孟渐新

| 安全 |

谣言粉碎机

- 29 酱油是不是越陈越好 / 王芳 张佳汇
食话食说
- 30 开心过元宵 放心吃汤圆
- 32 情人节 读懂巧克力的“心语”
老马识毒
- 34 空气炸锅纸的安全性不容忽视
药你好看
- 36 泡泡染发剂
环球速递
- 37 2022 年全球粮食价格达到历史
峰值, 等

P14





P54



P56



P73

P78



互动平台

38 补充维生素 C 并非越多越好, 等

| 时尚 |

九州美食

39 闽南味道(二) / 刘国斌

42 肠粉称王 / 唐仁承

家厨事典

44 吐司的 1 000 种玩法(二十) / 李珏

美蕾有约

48 二月专属的甜蜜 / 李珏 蕾蕾

名厨谈艺

52 家常小鲜(二) / 李兴福

艺味庖厨

54 白卤 / 杨周彝

和风细语

56 日式 XO 酱 / 王正全

饕餮风尚

58 “圆”汁“圆”味 满满“鑫”意 / 大白妹妹

| 乐活 |

厨艺秀场

62 请“菌”入瓮——2023 年第一季“跟着大厨逛菜场”美食摄影大赛获奖作品

洛菽茶话

68 花茶和米酥 / 吉洛菽

皮影集市

70 希望人生了无遗憾 / 皮皮

食亦有知

73 罗汉果 / 蒋宇利

豫膳点

76 只此青绿 / 袁筱磊

药膳食疗

78 寓医于食 改善体质 / 周海燕

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