

饮食安全  
健康生活

Food and Life

CN 31-1616/TS ISSN 1004-5473 总第 403 期

# 食品与生活®

2023 03

咖啡  
在上海的  
破圈之旅

春鲜值得

2022

上海市食品安全  
状况报告摘录

春天的  
厨房

别再用错了  
凉拌、热炒、煎炸  
油讲究

宽肠补益  
菌菇食疗方

邮发代号: 4-430

ISSN 1004-5473



定价 10 元



扫码关注  
微信公众号

# Contents 目次 2023.03



封面静物·草莓大福

## 刊首语

- 1 年年欲惜春 / 旷远

## | 热点 |

## 时讯

- 4 “史上最严”奶粉新国标正式实施, 等  
本期策划  
6 春鲜值得

## | 品味 |

## 江湖食事

- 17 咖啡在上海的破圈之旅(上) / 何菲  
石库门味道  
20 顺德厨师在 食客“食有鱼” / 沈嘉禄  
半山桥杂烩  
25 青团 每一口都是江南味道 / 杨忠明

P17



## 文人沙龙

- 28 别给人生留下太多遗憾 / 张霞岚  
30 上海人的大小核桃 / 袁念琪

## | 安全 |

## 独家发布

- 32 2022 年上海市食品安全状况报告摘录(一)  
监管动态  
34 直击餐饮领域使用食品添加剂现状 / 潘益  
朱煜  
药你好看  
36 烤肉一样的热玛吉真能让人青春永驻吗  
食话食说  
38 “生腌毒药”火出圈, 但可不是闹着玩的  
40 别再用错了! 凉拌、热炒、煎炸“油”讲究  
环球速递  
43 欧盟禁止人用药物用于兽药产品及药物  
饲料, 等



P80

互动平台  
44 染色小葱能吃吗, 等

和风细语  
64 从“可尔必思”到“养乐多”/ 王正全

| 时尚 |

| 乐活 |

九州美食  
45 闽南味道(三)/ 刘国斌  
48 蔬菜不素 / 唐仁承  
家厨事典  
50 吐司的 1 000 种玩法(二十一)  
/ 李珏  
美蕾有约  
54 春天的厨房 / 李珏 蕾蕾  
名厨谈艺  
58 家常小鲜(三)/ 李兴福  
寻觅老味道  
60 缘结龙华寺素斋 / 马志英  
艺味庖厨  
62 囤货妙变美味 / 杨周彝

皮影集市  
66 一切都好吗 / 皮皮  
食亦有知  
69 苜蓿 低调的香草 / 蒋宇利  
🎧 茗菽茶话  
72 南粤的春天 / 吉洛菽  
医学小说  
74 老叶这下子真正轻松了 / 杨秉辉



豫膳点  
78 姹紫嫣红 / 袁筱磊  
药膳食疗  
80 宽肠补益 菌菇食疗方 / 吴承起

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