

饮食安全  
健康生活

Food and Life

CN 31-1616/TS ISSN 1004-5473 总第 407 期

# 食品与生活®

2023 07

巴金  
大深情者

本帮糟卤  
有奥妙

全麦面包  
真的健康吗

中西素肉比拼

夏日  
浓荫

巧妙搭配  
出美味

宝藏古镇  
de 小众美食

邮发代号: 4-430

ISSN 1004-5473



定价 10 元



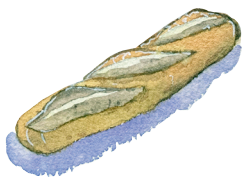
扫码关注  
微信公众号

# Contents 目次 2023.07



封面静物 · 莲子

P16



## 刊首语

- 1 糟的华丽转身 / 旷远

## | 热点 |

### 时讯

- 4 两部门联合印发指导意见防范外卖食品浪费, 等

### 本期策划

- 6 宝藏古镇的小众美食

## | 品味 |

### 江湖食事

- 16 巴金, 大深情者 / 何菲  
石库门味道  
20 墨鱼汁炒饭和浓汤花狼鲞 / 沈嘉禄

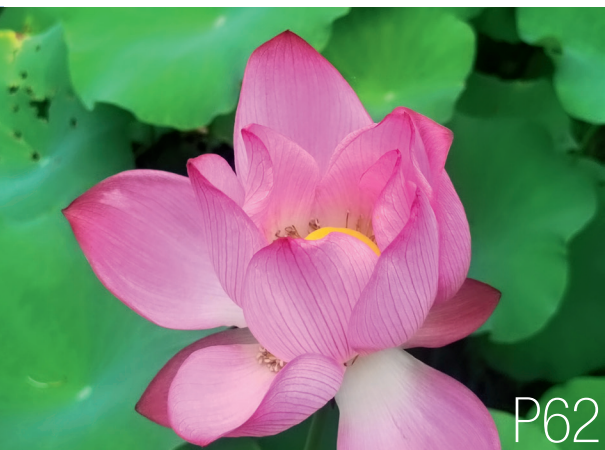
## 沪上食味

- 24 本帮糟卤有奥妙 / 乔志远  
文人沙龙  
28 上海人的葡萄干 / 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(五)  
热点追踪  
34 2023年上海市食品安全宣传周正式启动 / 樱桃  
你点我检  
37 守“未”食安零距离 “你点我检”进校园 / 王瑾  
小段食安课堂  
40 全麦面包真的健康吗



P78



### 药你好看

42 嘴里的菌“养”不好 影响的不仅是口腔健康

### 互动平台

44 澳洲龙虾和新西兰龙虾是同一种吗, 等  
环球速递

45 福岛海鱼体内放射性元素超标 180 倍, 等

## | 食尚 |

### 九州美食

46 中西素肉比拼 / 唐仁承

### 艺味庖厨

48 巧妙搭配出美味 / 杨周彝

### 家厨事典

50 吐司的 1 000 种玩法(二十五) / 李珏

### 美蓄有约

54 一餐·三味 / 李珏 蕾蕾

### 名厨谈艺

60 家常小鲜(七) / 李兴福

## | 乐活 |

☎ 洛菽茶话

62 荷食雅记 / 吉洛菽

### 养生之道

66 气温一升 头也痛了 / 岳阳

### 旅游时光

70 在“鱼米之乡”读懂兴化 / 胡海明

### 豫膳点

74 夏日浓荫 / 袁筱磊

### 药膳食疗

76 夏伏食疗有诀窍 / 吴承起

### 皮影集市

78 食不厌精 事不厌细 / 皮皮

### 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

# 城市生活白描



曹语庭 绘

福新面粉一厂旧址

建于1914年

为荣氏家族

在上海的启航之地

平屋顶 青砖外墙

和红砖砌立柱的

混合结构六层楼

为『上海市优秀历史建筑』

古老的建筑

与苏州河的波光粼粼

相互交映

诠释了中国民族工业

昔日的辉煌