

入秋食海参 滋养好时光

当第一缕秋风悄然拂过,树叶开始渐渐染上金黄,季节的交替提醒着我们要顺应天时,调整饮食。在这秋意渐浓的时刻,即食海参成为了餐桌上的一道不容错过的美味。

入秋之后,生活的节奏依然忙碌,但我们也不能忘记在美食中寻找慰藉。即食海参无需繁琐的处理过程,人们可以轻松地将它加入到日常的饮食中。

在快节奏的现代生活中,人们常常忽略了对身体的关爱。入秋之际,每天只需简单地打开一包即食海参,无论是凉拌、煲汤还是煮粥,都能轻松将这份营养融入日常饮食之中。在清晨的阳光中,一碗海参粥温暖着肠胃,开启元气满满的一天;在忙碌的午后,一份凉拌海参为疲惫的身心注入活力;在温馨的晚餐时光,海参煲汤让全家人共享美味的时刻。

海参的吃法多样,每一种做法都能呈现出独特的风味。凉拌海参,搭配上一些清爽的蔬菜和特制的酱料,口感爽滑,滋味鲜美。将海参放入锅中煲汤,它能吸收汤汁的精华,让每一口汤都变得更加浓郁。而在煮粥时加入海参,那粥就多了一份海洋的鲜美和醇厚,让人回味无穷。

在这金黄的秋季里,细细品味即食海参的鲜美,仿佛是在与大自然进行一场亲密的对话。让即食海参陪伴我们度过这美好的入秋时光,在每一口的滋味中,享受生活的惬意。这不仅仅是对美食的追求,更是对自己、对家人的一份责任与关爱。



即食海参
超值价:199元/斤
(约8-10头)

精选即食海参
超值价:599元/斤
(约8-10头)

订购热线 021-61677277



秋季吃海参需要注意以下禁忌

食物搭配方面

避免与酸性水果同服: 秋季有很多酸性水果上市,如山楂、柿子等。这些水果含有的鞣酸与海参中的蛋白质结合后,会降低蛋白质的营养价值,还可能形成不易消化的物质,导致消化不良、腹痛等症状。

减少与大量含草酸食物同时食用: 例如菠菜等蔬菜含有较多草酸,草酸和海参中的钙等矿物质结合,可能产生草酸钙沉淀,影响营养的吸收,同时也增加了形成结石的风险。

食用人群方面

过敏人群慎用: 秋季气候多变,人体会变得较为敏感。对海参或其他海鲜类产品过敏的人群需慎用。

肠胃不适者控制食用量: 秋季气温逐渐降低,人们的肠胃功能相对较弱。海参富含蛋白质,不易消化。本身消化功能较差的人群适量食用。

感冒、发热人群不宜食用: 秋季是感冒的高发季节,在感冒、发热期间,人体的消化功能会受到一定影响,此类人群需慎用。

金秋与新会陈皮:一场养生的邂逅

新会,是一片有着独特地理环境和气候条件的土地,孕育出了闻名遐迩的新会陈皮。陈皮的制作是一场与时间的对话,从新鲜的柑皮到成为珍贵的陈皮,需要经过漫长岁月的洗礼和晾晒、陈化等精细的过程。在秋季,空气逐渐变得干燥,正适合新会陈皮的晾晒与储存。

新会陈皮的香气,是秋天的味道中独特的一种。轻轻一嗅,那股浓郁而又醇厚的果香、药香交织在一起,仿佛把人带入了一片硕果累累的果园。在容易让人感到干燥的秋季,新会陈皮的香气是大自然赋予我们的一缕慰藉。

从美食的角度来看,新会陈皮在秋季的餐桌上更能大展身手。用新会陈皮炖制的老鸭汤,是秋季滋补的佳品。老鸭的鲜美与陈皮的醇厚在小火慢炖中完美融合,每一口汤都饱含着陈皮的香气和老鸭的精华,喝上一碗,温暖了肠胃,也驱散了秋日的凉意。还有陈皮蒸鱼,那淡淡的陈皮味为鲜嫩的鱼肉增添了别样的层次感,既去腥又提鲜,让原本普通的菜肴瞬间变得精致起来。

秋季气候干燥,人们容易出现喉咙干痒、咳嗽等不适。泡上一杯陈皮茶,看着那一片片陈皮在热水中慢慢舒展,金黄的色泽在茶杯中荡漾,轻抿一口,那温润的茶汤带着陈皮的香气顺着喉咙滑下,仿佛给干燥的喉咙带来了一场甘霖。

在漫长的岁月里,新会陈皮伴随着一代又一代的人走过了无数个春夏秋冬。它见证了岁月的变迁,承载了人们对美好生活的

追求。在秋季这个充满诗意和思考的季节里,新会陈皮就像是一本古老的书籍,等待着我们去细细品味、去深入探究。带给我们更多的温暖和美好。



《陈皮常见的食用方法》

泡茶: 将陈皮切成小块或丝状,用开水冲泡,可加入适量的蜂蜜或枸杞子调味。

煲汤: 在煲汤时加入适量的陈皮,可增加汤的香气和丰富汤的口感。如陈皮炖排骨、陈皮煲鸡汤等。

做菜: 将陈皮切成薄片或丝状,与其他食材一起炒制或煮汤,可增加菜肴的风味。

做馅: 将陈皮切成小块或磨成粉末,加入到馅料中,可制作出具有陈皮风味的点心或饺子等。

制酒: 将陈皮与白酒或黄酒一起浸泡,可制作出具有陈皮香气的酒品。

订购热线 021-61677277

精挑新会陈皮
超值价:1.9元/克



物真·价真·意真

服务热线 021-61677277

地址:上海市普陀区金沙江路1678号绿洲中环中心6号楼611室

上海真一堂商贸有限公司