

元宵甜甜蜜蜜、汤圆团团圆圆。在老辈人的传统里,只有正月十五吃过元宵后才算是完整地过了这个年。按民间传统,人们要点花灯、放焰火、猜灯谜、吃元宵,合家团聚、其乐融融。

变着花样吃元宵

□本版综合

北京的奶油元宵、天津的蜜馅元宵、上海的乔家栅鲜汤圆、重庆的山城小汤圆、泉州的八味汤圆、广西的龙眼汤圆、台湾的菜肉汤圆等,都是驰名南北的风味汤圆。下面这些也是各地知名汤圆及新鲜吃法。



油炸元宵

如果是生元宵,可将元宵先粘上鸡蛋清再炸,这样炸出来的元宵有鸡蛋香味。炸时要用小火温油,不断翻动,以免炸得不透不匀,这样炸出的元宵香甜可口,皮酥里糯。

长沙姐妹汤圆

长沙一家餐馆的著名风味小吃,已有60多年历史。由于早年经营这款食品的是姜氏二姐妹,故此得名。其制法是以糯米、大米磨浆,取粉制皮,用枣泥、白糖、桂花做馅。其色泽雪白、晶莹光亮,小巧玲珑、香甜味美。



四川心肺汤圆

是四川彭水县的风味小吃,以糯米粉制皮,将豆腐干、冬菜切碎,用猪油炒后制馅,煮熟配上卤煮的猪心、猪肺及多种调味料。食用时,再调以葱花、蒜末、花椒粉、辣椒等,鲜香可口。



苏州五色汤圆

该汤圆甜咸兼备,为脍炙人口的江南风味。位于苏州吴门米粉店,以糯、粳米粉镶配,包以鲜肉、玫瑰猪油、豆沙、芝麻、桂花猪油等五种配制的馅心。

穿衣元宵

将芝麻炒酥研末,放入熬稠糖糊的锅中,再倒入炸好的元宵,滚粘均匀,出锅上盘,逐个摆开,互不粘连,冷食、热食皆宜。

自制汤圆添情趣

元宵佳节将至,看着超市里各种包装精致的速冻汤圆,你是否很久没吃过家里亲自做的汤圆了?家里孩子是否不知道汤圆是怎么做的?我们不妨在家亲自动手做一顿美味的元宵大餐。



松仁金沙汤圆

原料:糯米粉、金沙馅、生菜、香芹、红辣椒、松子仁。

金沙馅材料:咸蛋黄2个、黄油60克、糖40克、奶粉20克、吉士粉。

做法:咸蛋黄蒸熟压碎,和黄油、奶粉、糖、吉士粉,拌匀便是金沙材料;糯米粉加入适量的温水揉成粉团;包入金沙馅搓成汤圆;放入锅中沸水大火3分钟至汤圆浮上水面捞起待用;松子仁用盐水略煮,炸熟后去皮,红薯切细细丝,用油炸成金黄色细丝;最后裹上一层松子仁和金黄的红薯细丝即可。生菜垫底,香芹叶子和红辣椒丝点缀。



巧克力汤圆

原料:汤圆粉、巧克力、调料糖。

做法:用温水与汤圆粉一起和面,然后把面团揪成大小相等的剂子;将巧克力掰成小块,在搅拌机中打碎;将剂子按扁,中间直接包入巧克力碎(根据自己的口味酌量加糖或者不加);揉成汤圆球下锅煮熟,巧克力碎会自动融化。



擂沙汤圆

原料:糯米粉250克、水50克、花生粒适量、猪油150克、芝麻250克、砂糖100克。

做法:将熟芝麻打成蓉加入糖粉、熟猪油拌匀成馅心;将澄粉烫熟后加入糯米粉、油,再加水和成面团;将面团分成小剂,包入馅心,搓成圆球;水锅烧沸,投入汤圆煮熟,捞出沥水,滚上花生粉,即可食用。



番薯姜汤圆

原料:糯米粉、玉米淀粉、番薯、芝麻粉、生姜、红糖。

做法:准备原料,生姜切丝;番薯洗净去皮,切成块后放入烧开的水中;趁煮番薯的时间将糯米粉和玉米淀粉按2:1比例混合后分成两份,其中一份加适量黑芝麻;两份分别以温水和成团;另外准备黑芝麻粉加红糖作为馅料;黑糯米粉皮包馅料成汤圆;白糯米粉团搓成小圆成珍珠汤圆;番薯汤中放入姜丝,沸腾后加入包好的糯米汤圆和珍珠汤圆,煮熟装碗即可。

好消化的联食通享家大黄米汤圆

——自磨大黄米,添加了助消化的山楂、麦芽

元宵节是中国的传统节日之一,早在2000多年前的西汉就存在了。正月十五元宵节,家家户户吃元宵。宋代时期,民间就盛行吃元宵的习俗。元宵又名“汤圆”、“汤团”、“浮圆子”,生意人还美其名曰“元宝”,取其圆形圆音,寓意着全家人团团圆圆,和和美美。

元宵节到了,联食通特别为忙碌了一年的您精心研制了好消化的享家大黄米汤圆,皮香糯可口、馅香甜适中,有多种口味供您选择。

好消化的大黄米享家汤圆,选用自磨大黄米,添加了助消化的山楂、麦芽、陈皮,米香浓郁,入口香甜而不腻。大黄米营养丰富,含人体所需的多种维生素,除食用外还可入药,在中医被列为“补中益气”的具有食疗价值的食品。

鲜果入馅的水果系列汤圆,精选太行山山脉的原生态黄桃、大兴安岭野生小蓝莓等新鲜水果制成的内馅,没有添加任何防腐剂,新鲜健康。

健康美味的无蔗糖系列汤圆,添加了从天然植物提取出来的木糖醇做甜味剂,使一些不能吃糖的特殊人群,既享受到甜蜜的快乐,又保证了健康。有无蔗糖豆沙、无蔗糖南瓜、无



济南联世通食品有限公司
销售热线:(0531)88775259 88775456
客服电话:4006586738 网址:www.lianshitong.com

蔗糖五仁、无蔗糖芝麻、无蔗糖十三果仁五种口味。

香甜软糯的果仁系列汤圆,精选花生、核桃、杏仁、腰果等多种优质果仁科学搭配。有五仁、八宝果仁、十三果仁、阿胶枣四种口味。联食通十三果仁汤圆,精选自磨大黄米,采用易消化、易吸收的纯植物油。搭配杏仁、松仁、南瓜子仁、核桃仁、西瓜子仁、腰果等十三种优质坚果果仁,香甜美味,满口留香。坚果营养价值极高,含有大量蛋白质、维生素、膳食纤维等。常吃有增强体质、调节血脂、补脑益智等功效。联食通阿胶枣汤圆,精选山东阿胶枣,香甜不腻。阿胶枣含有多种氨基酸和钙、铁等多种矿物质,有补血滋阴、润燥、止血等多种功效,是女性养颜美容之佳品。

值此元宵佳节之际,联食通还推出了精美的享家汤圆礼盒,多种口味任意组合,是你馈赠亲朋的最佳选择。联食通食品各大商超热销中!欢迎广大消费者到各大商超品尝购买!

温馨提示:

联食通享家汤圆煮制时间不宜过长,汤圆浮起片刻即可捞出。

情人节晚餐大奖等你来拿



特等奖1名 健身月卡1张
一等奖2名 情侣手表1对
二等奖20名 情侣水杯1对
三等奖30名 情侣玩偶1对
以上奖品由巴啦啦团提供
WWW.BALALATUAN.COM

地址:洪楼南路25-1号(百花公园西门对面)



订餐电话:0531-88111977



情人节菜品:麻辣五花、烤牛舌、烤鸡中翼、意式浓汤涮羊肉、自酿鲜啤
另有真爱披萨、爱心煎蛋、圆圆满满(各类丸子)祝天下有情人终成眷属
凭此广告每位33元
(情人节晚餐除外)
有效期至:2011-2-28