



热点 Feature

◎ 时讯

4 | 今年5月1日起禁产禁用面粉增白剂等

◎ 本期策划

6 | 食用油的门道

◎ 生活资讯

61 | 漫画 | 郑辛遥

62 | 奥巴马自酿啤酒酬宾等



家庭 Family

◎ 孔娘子厨房

12 | 春韭菲菲 | 孔明珠

13 | 虾子酱油 | 孔明珠

◎ 家厨事典

14 | 番茄酱洋葱比萨 | 蓝调莎

◎ 食物灵趣

15 | 黑木耳的理想 | 陶唯倩

◎ 东方厨情

16 | 情陷蒜香



◎ 老马识毒

20 | 你可能每天在吃塑料 | 马志英

◎ 膳食善源

22 | 教儿子吃中国菜 | 王芸洁

◎ 水果时间

24 | 车厘子 | 薛理勇

乐活 Lohas

◎ 封面美食

25 | 美味烤箱菜: 乳酪鸡腿卷 | 君之

◎ 健康生活

26 | 抗氧化剂, 吃还是不吃? | 葛声

27 | 增加进食频率有助减肥 | 严毅梅

◎ 饕餮风尚

28 | 名邸阳光灿烂 | 野鹤

29 | 不可错过的江浙特色菜巡演 | 老饕

◎ 大厨解密

30 | 科班出身 酒店行走——创意常虹 | 闲云

◎ 厨艺秀场

32 | 秘制香橙排骨 | 圆猪猪

◎ 杏林漫谈

33 | 鼻子趣谈 | 朱鼎成

◎ 饮食男女

34 | 冷情热爱 | 何菲

◎ 食亦有知

37 | 春季养生 蜂蜜最佳 | 曾先知

◎ 悠闲时光

38 | 自助游欧洲如何搞掂一日三餐 | 灯不鲁姑



健康 Health

◎ 食品安全

- 41 | 食品的最佳温度是多少? | 谭敦民
50 | 糙米的“营养功能”与“风险”随行 | 云无心

◎ 食疗门诊

- 42 | 春天到, 预防上“火”很重要 | 陈思

◎ 名医观点

- 44 | 盐与中风 | 杨秉辉

◎ 健康月报

- 45 | 韩国: 能治疗酒精中毒的大米等

◎ 营养大讲堂

- 46 | 没有蛋白质, 就没有生命与健康! | 金文泉

◎ 养生之道

- 51 | “吃不饱”派对 | 融融

◎ 健康食品超市

- 64 | “恩泉”有机红花山茶油等



P42



P50

人文 Culture

◎ 蓝屋盛宴

- 52 | 法式菜中的法兰西精致 | 程乃珊
53 | 你认识砵酒吗? | 程乃珊

◎ 九州美食

- 54 | 美人难过酸嘢摊 | 尹琳
55 | 阿一鲍鱼 | 唐仁承

◎ 台前幕后

- 56 | 三十餐餐坐与土 | 江礼扬

◎ 石库门味道

- 58 | 三鲜豆皮八卦汤 | 沈嘉禄

◎ 海上寻梦

- 59 | 人面麻花相对搓 | 管继平

◎ 异域风情

- 60 | 生活在南国 (四):
寻觅古早味——咖喱面包咖啡乌 | 谢形影



P52



P56

封面 | 乳酪鸡腿卷 摄影 | 君之

封二 | 喜福来红蛋

封三 | 来自德国的香浓咖啡

封底 | 恩泉有机红花山茶油

36 | 《食品与生活》杂志征订广告

40 | 上海市食品研究所检测中心

下期要目

- ◎ 益生菌开启肠道革命
- ◎ 好笋知时节
- ◎ 感冒何必要输液
- ◎ 紫菜这玩意儿
- ◎ 新鲜蚕豆会导致溶血吗?
- ◎ 你会吃醋吗?

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, 发表在杂志上的, 投稿者方可自行处理。原稿件一律不予退还, 敬请自留底稿。请勿一稿多投。
2. 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。
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: 021-64366274