



热点 Feature

◎ 时讯

4 | 七类食品安全渎职犯罪将重查等

◎ 本期策划

6 | 今天我们该喝什么水?

◎ 生活资讯

61 | 漫画 | 郑辛遥

62 | 形似人体器官的果蔬等



家庭 Family

◎ 孔娘子厨房

12 | 虾兵虾将上桌来 | 孔明珠

◎ 家厨事典

14 | 满屋飘逸粽清香 | 蓝调莎

24 | 有劲的菜干 | 赵雪峰

◎ 食物灵趣

15 | 色彩大师龟苓膏 | 陶唯倩

◎ 东方厨情

16 | 腌菜之味



◎ 膳食善源

10 | 吃健康餐 | 王芸洁

◎ 水果时间

21 | 山前五月杨梅市 | 薛理勇

◎ 老马识毒

22 | 核泄漏和辐照食品 | 马志英

乐活 Lohas

◎ 封面美食

25 | 黄油曲奇 | 君之

◎ 健康生活

26 | 鲜榨果蔬汁, 难度有点高 | 范志红

◎ 饕餮风尚

28 | 福 1015, 再续银行家私房宴 | 南希

37 | 致真食材“致真汇” | 野鹤

◎ 大厨解密

30 | 以“腔”调“汤”——走近徐正才大师 | 闲云

◎ 厨艺秀场

32 | 苦瓜煎蛋 | 圆猪猪

◎ 食亦有知

33 | 新《蜂蜜》食品安全国家标准解读 | 曾先知

◎ 饮食男女

34 | 浮醉若欢 | 何菲

◎ 杏林漫谈

36 | 耳朵上的健康密码 | 朱鼎成

◎ 悠闲时光

38 | 厦门小吃大搜索 | 潘潘猫

40 | 瑞士六月花食: 接骨木 | 灯不鲁姑



Contents

2011/6 月刊

健康 Health

◎ 名医观点

41 | 我国为世界酒精危害的重灾区 | 杨秉辉

◎ 养生之道

42 | 狼吞虎咽伤胃，细嚼慢咽养生 | 陈思

◎ 食疗门诊

43 | 摄入高谷物纤维可降低慢性肾脏病发病率 | 严毅梅

50 | 宝宝胃口差 家长勿踏入厌奶误区 | 梅一鸣

◎ 食品安全

44 | 那些食物真的能防辐射吗? | 云无心

51 | 乳糖不耐受者也该终生不断奶 | 宋奇思

◎ 健康月报

45 | 美国研究称双酚 A 或与婴儿哮喘相关联等

◎ 营养大讲堂

46 | “万能”博士与阳光维生素 | 金文泉

◎ 健康食品超市

64 | “愚泉”有机红花山茶油等



P44



P50

人文 Culture

◎ 蓝屋盛宴

52 | 紫色，贵族之色 | 程乃珊

53 | 王家沙和乔家栅 | 程乃珊

◎ 九州美食

54 | 避风塘炒蟹 | 唐仁承

61 | 仙人冻 | 连允东

◎ 海上寻梦

55 | “原味”与“原胃” | 管继平

◎ 台前幕后

56 | 上海节令食品(上) | 江礼肠

◎ 石库门味道

58 | 鸡毛换糖 | 沈嘉禄

◎ 异域风情

60 | 生活在南国(六): 缤纷果汁 | 谢形影



P61



P60

封面 | 黄油曲奇 摄影 | 君之

封二 | 喜福米红蛋

封三 | 洋葱干红葡萄酒

封底 | 愚泉有机红花山茶油

27 | 优e网正式上线

下期要目

◎ 百变色拉酱

◎ 凉拌一夏

◎ 一骑红尘妃子笑——荔枝

◎ 花菜坚强

◎ 吸烟之害涉及我国主要疾病

◎ 叶怡兰，注入享乐新涵义的玩家

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