



## 热点 Feature

## ◎ 时讯

4 | 餐饮环节打击食品非法添加进入第二阶段等

## ◎ 本期策划

6 | 百变色拉酱

## ◎ 生活资讯

60 | 漫画 | 郑辛遥

62 | 法国休闲餐厅泰安路又开分店等



## 家庭 Family

## ◎ 孔娘子厨房

12 | 各种烧烤, 各种风味 | 孔明珠

## ◎ 家厨事典

14 | 家庭烹调技巧“蒸” | 李红

## ◎ 东方厨情

16 | 凉拌一夏

## ◎ 老马识毒

20 | 塑化剂风波与环境激素 | 马志英

## ◎ 膳食善源

22 | 暑期家庭巧克力美食 | 王芸洁



## ◎ 水果时间

24 | 荔枝 | 薛理勇

## ◎ 食物灵趣

59 | 花菜坚强 | 陶唯倩

## 乐活 Lohas

## ◎ 封面美食

25 | 椰子挞 | 君之

## ◎ 健康生活

26 | 中医谈夏季饮食养生 | 张正利

28 | 肠道“老龄化”问题凸显

“益”生活方式刻不容缓 | 王瑾

## ◎ 食亦有知

29 | 莫将蜂蜜制品当蜂蜜 | 曾先知

## ◎ 饮食男女

30 | 天赐恩宠 | 何菲

## ◎ 厨艺秀场

32 | 茄子打卤面 | 潘晓晔

## ◎ 杏林漫谈

33 | 顺时养生 | 朱鼎成

## ◎ 饕餮风尚

34 | 在西班牙豪宅吃饭 | 野鹤

35 | 雅克红房子——“第六感”的延伸 | 朝夕

36 | 阿明小菜 菜色“升级” | 蔡韬

## ◎ 大厨解密

38 | 品尝波塞尔私家菜 | 闲云

## ◎ 悠闲时光

40 | 世界上最好的冰淇淋店 | 灯不鲁姑



## 健康 Health

### ◎ 食疗门诊

41 | 正确添加辅食 让宝宝赢在起跑线 | 梅一鸣

43 | 木瓜和大豆有助于防癌 | 严毅梅

### ◎ 名医观点

42 | 吸烟之害涉及我国主要疾病 | 杨秉辉

### ◎ 养生之道

44 | 营养学家谈饮食抗衰老 | 李皖生

### ◎ 健康月报

45 | 德致命肠菌首证“人传人”等

### ◎ 营养大讲堂

46 | 维生素E与C

——抗氧化、抗自由基的防火墙 | 金文泉

### ◎ 食品安全

50 | 瘦肉精在美国 | 冰清

### ◎ 健康食品超市

64 | “恩泉”有机红花山茶油等



## 人文 Culture

### ◎ 蓝屋盛宴

52 | 浪漫扇贝 | 程乃珊

53 | 炸酱面 | 程乃珊

### ◎ 九州美食

54 | 云吞面 | 唐仁承

60 | 云南味道(一): 腾冲土锅子 | 谢彤影

### ◎ 海上寻梦

55 | 忆吃芦粟 | 王锡忠

### ◎ 台前幕后

56 | 还不尽“乡思”债 | 江礼扬

### ◎ 人文沙龙

58 | 叶怡兰, 注入享乐新涵义的玩家 | 蓝调莎

### ◎ 石库门味道

61 | 流清蛋 | 沈嘉禄



封面 | 椰子挞 摄影 | 君之

封二 | 喜福来红蛋

封三 | 洋葱干红葡萄酒

封底 | 恩泉有机红花山茶油

39 | 《自然与科技》杂志征订广告

## 下期要目

◎ 冰淇淋的诱惑    ◎ 暑期味蕾行

◎ 创意苦瓜餐    ◎ 一十五年识阿梁——享味梁鸿彪

◎ 科学算命?    ◎ 酒花

## 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