

话鲜

话家常，品新鲜

Sungiven Foods Fresh Flyer



刷屏年代，勿忘纸质阅读；元始本初，再现食物素颜 厦门元初食品股份有限公司主办 2018年10月31日 第10期

扫我，美味看得见

为他做饭，是我爱他的方式

原来味蕾的记忆可以思念一个人

走过人头攒动的中山路，走进狭长拥挤的局口街，抵达南中广场旁，终于感觉周遭不那么嘈杂了。在这段不起眼的街上仍然留存着因为好吃而让朋友相互推荐的小店。这家不到40坪的小店，包揽了前厅和后厨，主做新疆菜，店主是在新疆生活8年的厦门人——苏姐。



一个烤架立于门前，苏姐此时正在为两位堂食客人用心地烤着羊肉串儿，一个外卖骑手也正立于一旁等候。

忙完了两桌客人的烤羊肉串儿，苏姐从容地进入后厨，一边切着羊腿肉，一边将早已准备好的抓饭放入锅中加热。热油，羊腿肉下锅，生抽调味、老抽着色，倒入适量的水，炖煮入味，待羊肉收汁后盛于饭上，大功告成！这就是她拿手的羊肉抓饭，这道菜，她在新疆生活时常吃，至今仍觉美味无穷。

苏姐说：很多人在新疆呆不住是因为无法适应那儿的饮食，而我是因为先生喜欢吃羊肉，所以一待就待了8年。苏姐08年因为公司的照明项目第一次去往新疆，当时，抵达乌鲁木齐已是深秋，叶子都掉光了，四下灰蒙蒙的一片，来自气候宜人的厦门姑娘举目无亲，接下去要怎么在这个地方生活呀！

苏姐在公司旁租了一个房子，平时经常要一个人带着几个烤馕开车到人迹罕至的地方工作好几天，睡在车里，周边连个水都没有，更别提公厕了，生活起居极其不方便。而夕阳总是拖到9点才依依不舍地下山，夜晚很长，没什么朋友的她一个人走在商业街上混脸熟。人声鼎沸的街道里充斥着一股浓浓的孜然香味，大吃一餐，开心一下，羊肉最治愈！她总是这么安慰自己。

可能无法想象的是，这个现在一人可以包揽餐厅十几道菜的人，10年前仅会做几道海鲜。

一次回厦的同学聚会上，苏姐认识了傅先生，相谈甚欢、私定终身。连苏姐自己都没想到，琢磨这个自己钟爱男人的味蕾，会成为她生活中的一部分。在一起的第三天，苏姐发现傅先生胃口不好，一问才知傅先生只爱吃肉。于是，苏姐开始研究肉食的各种烹饪方法，菜谱

书籍、美食网站、吃货老妈甚至是街坊邻居都成为苏姐的老师。一天，傅先生想吃羊肉，苏姐做了清炖羊肉。上桌之后，苏姐自己觉得这汤远远没有她在新疆吃的那般美味。带着老公去新疆，吃最美味羊肉，成为苏姐说走就走的行动。

没想到这一去，一家子便在新疆生根发芽。

在新疆生活的几年都是苏姐做饭居多，她说：其实，他是会做饭的，但是我在家里，一定会是我做饭。我非常享受他清光桌上所有菜肴，而且他总是毫不吝啬地夸赞我煮的每一道菜。

可能一个萝卜一个坑吧。苏姐不好意思又幸福地笑了。喜欢和爱可以在柴米油盐、吃喝拉撒中，磨合成自然而然，也许这就是所谓的过日子！

在新疆，羊肉的烹调方式很简单，要么清炖，要么烤制，苏姐说：我们平均一周吃下1头羊，大概30斤重，大部分炖汤，因为现宰的羊肉炖汤是最好吃的。

他们生活在乌鲁木齐，买菜、买羊附近的农贸市场都可以满足，但他们还是坚持开车到百公里外找牧民买现宰羊，原因很简单，一般离城市越远的羊越好吃，现挑现宰的羊吃起来更新鲜。好食材无需复杂的烹饪技巧，只需轻度调味就很好吃。



苏姐和两个孩子

苏姐跟傅先生在一起已经十年了，生了两个漂亮的孩子，大女儿8岁，上小学，小儿子4岁，上幼儿园。生二宝坐月子时，傅先生亲自上阵为苏姐烹饪一天6顿的月子餐，苏姐想吃什么，他都会尝试做。闽南习俗里，做月子不能吃羊肉，但是苏姐毫不介意，老公喜欢吃的，就是她喜欢吃的。所以，月子和往常一样，依旧是羊肉为主。

两年前，苏姐突觉父母年迈，于是一个人带着两个孩子回到厦门，傅先生则留在新疆工作。

平时，只要厦门哪里开了一家新疆餐厅，她都会带着孩子去寻找熟悉的新疆味，别人都笑她，吃了那么多年



还没吃腻啊！

苏姐沉默了许久说：不过是想跟在新疆的他吃一样罢了。眼睛不自觉地看向远方，难以言说的深情。

偶然间她吃到一家新疆餐厅的薄皮包子是非常地道的新疆味，往收银台一看，果然老板是对新疆夫妇。于是，她想，干脆自己开家新疆餐厅吧，即便不在一个地方生活，也能保留一些联系。于是和这家店的夫妻一参谋，就合伙开店了。现在，苏姐每天6点半起来准备早餐、送孩子上学、进货上菜，无比繁忙，却乐此不疲。

每天晚上苏姐都和老公视频，两人总有说不完的话。

我们没啥轰轰烈烈的故事，不过现在的每一天还是和我们刚认识的时候一样。苏姐笑了。



苏姐和小儿子在那拉提草原

零失败 快手菜

地道闽南风味 咖喱牛排是也

洗碗竟是这道菜最复杂的环节



说到牛排,你脑海中的第一幅画面是西冷牛扒,还是一锅骨头根根分明的牛排汤?其实,我们经常说的烛光晚餐法式牛排大餐,应该叫牛

扒,而非牛排。带骨的牛排骨,才更附和牛排这个称呼,细长的肋排则为牛排界的上品。

元初乐厨快手菜系列一直致力于开发闽南当地著名小吃,今天向大家介绍一名新成员——咖喱牛排。元初乐厨熟食系列的咖喱牛排,精选骨细肉多的澳洲进口青年牛的肋排为原料,加入咖喱、椰浆、鲜榨蔬菜汁腌制入味。回家后,只需拆袋入碗,隔水蒸10分钟,便能轻松享用大师级的佳肴。洗碗竟然是这道菜最复杂的环节!

【话鲜要点】

1. 精选澳洲进口牛肋排为原料
2. 咖喱、椰浆、鲜榨蔬菜汁轻度调味

价格:咖喱牛排 39.9元/盒(400g)

鱼香茄子真有鱼?

5.9元下饭菜 经济实惠众人爱



茄子肉颇厚润,善吸味,能藏油,而且性温和,不避荤素。川菜系中,鱼香茄子堪称家常菜中的经典,可谓色、香、味俱全,不仅美味,更是开胃。即便是在炎炎夏日,有一两口的鱼香茄子,就能吃下两碗米饭。有人问:鱼香茄子里有鱼吗?众人答:虎皮青椒里可有虎皮?只不过美味总与记忆相佐,吃着茄子想着鱼,或许是贫困年间最让人难以忘怀的记忆。而今,食材不缺,经济更盛,这道鱼香茄子里真有鱼!

这道元童鱼香茄子选用了广西长茄子,加入真材实料的猪肉粒和银鱼,口感变得十分丰富,所有的调味恰到好处。最方便的是,完全不需要复杂的食材与调料,自然解冻后,微波加热3~5分钟,一道色香味俱全的鱼香茄子呈现在眼前。熟悉的味道,尽在这道元童鱼香茄子里。

【话鲜要点】

1. 严选广西长茄子,皮薄肉厚,加入猪肉粒、银鱼
2. 口感软糯、味道浓郁
3. 自然解冻后,微波加热3~5分钟

价格:

元童鱼香茄子 5.9元/袋

在家宴客,选河田鸡准没错

只需要十来分钟,您就成为大厨

香煎河田鸡,先从原料说起。河田鸡来自福建的长汀,革命老区。盛唐开元年间,横制六合,骏奔百蛮,河田鸡作为斗鸡被选送长安。河田鸡始终繁衍在长汀,引种外地,没有漂亮的成绩。2006年,国家质检总局批准对长汀河田鸡实施地理标志产品保护。

元童牌香煎河田鸡,长汀山地仿野生散养150天,拥有地理标志认证、动检码,从鸡苗入栏、肉龄、宰杀车间,到元初销售全程一码追溯,气调包装配合全程冷链,从农场直达餐桌,吃到的是美味,看见的是放心。

做为一名会吃不会做的选手,一直希望美食能简单烹饪,香煎河田鸡正是如此。分切好的鸡块在真空运输的过程中完成了长达一夜入味,如同煮泡面一样简单,只需把姜鸡油水依此倒入锅内,煮至水干,小火翻煎,即可享用一份不逊大厨亲做的美味香煎鸡。

【话鲜要点】

1. 地理标志认证
2. 原种散养150天河田鸡
3. 原料全程可追溯

价格:

冰鲜香煎河田鸡 99元/只

59元/半只



价格:

冰鲜香煎河田鸡 99元/只

59元/半只

日式风味秋刀鱼,助你小酌更怡情

不出家门,5分钟即享日料风味

厦门的秋天虽少了些金黄的色彩,却在气温上更显清爽,这时最适合小酌几杯,搭上简单美味的秋刀鱼,既是时令,又是轻简。秋刀鱼,顾名思义,除了源于它修长如刀的体型,同时还因为生产在秋季的缘故。

元和秋刀鱼肉质丰满、口感紧实,无需复杂的处理和精湛的厨艺就可以享受有酒有肉的夜宵。只需简单地煎烤,亦或者微波炉叮个三五分钟,藏着海水的美味就会随着烹饪器皿温度的升高而升高。蘸一点佐料,撒几滴酱油

或柠檬汁,焦香里伴着热腾腾的蒸汽,再温上一壶热酒,一口鲜美一口甘冽,瞬间赶走身上的疲倦。

秋日夜晚,即便独酌几杯也是惬意。

【话鲜要点】:

1. 冷风干燥加工,鱼肉紧实
2. 已帮您盐渍调味,加热即可食用

价格:元和秋刀鱼 9.9元/袋



好食材是食物的灵魂,当天屠宰的鲜鸭里风味最好当属正番鸭,立秋后收获的老姜人称姜母,二者叠加,才知什么才是姜母鸭。

这款姜母鸭,采用古法工艺,让现宰的姜母鸭在粗糙的高岭土砂锅里,反复翻煎熬煮,麻油的香气在砂锅的微小气孔中自由进出,才有如今香味深入骨髓的美味。这不是秘诀,却很难做到,由于耗费人工、砂锅易破、正番鸭和芝麻油成本高昂,市面上的姜母鸭大多采用釉面陶土锅、育肥冻鸭、菜油加麻油香精制作而成,并无不好,却失了传统美味的灵魂。

我们遵循古法,精选食材,不省

人工。在自控正番鸭养殖基地,挑选3.7~4斤重的红面正番鸭,当天屠宰,配上元初自有品牌小磨黑芝麻油,高岭土砂锅手工翻炒制作90分钟,工序细节遵循古法,是为真正美味的姜母正番鸭。

提醒:古法工艺制作的姜母正番鸭会随着时间逐渐入味变成,烹饪时,可根据个人口味加水调节咸度。

【话鲜要点】:

1. 原料使用当天屠宰的红面正番鸭;
2. 使用出口品质元童黑芝麻油;
3. 传统手工做法,砂锅熬煮90分钟

价格:姜母正番鸭 59元/半只

当天

自控正番

手工翻炒

这就

越过山丘,好羊在等候

家常美味总与记忆相佐。即使这当儿刚吃下热腾腾的地瓜稀饭,走出门被秋风扇了一个耳刮子,就开始想起羊肉了。羊肉总与贴秋膘联系一起,这早就埋藏在我们共拥消化的饮食习惯里。

元初门店在售的羊肉总共有三种,来自南方的山林放养黑山羊、来自新疆那拉提草原的草原羊和新疆昌吉州的冰碛狗俐特种山羊。



六个山头
山间放

一万多亩地

黑色小



那拉提草原不仅有美景,还有好羊

好羊肉 清水炖

很多去过新疆的朋友,都被它的自然风光所吸引,更被它的美食所俘虏。这里既有地广人稀、荒寂不毛之地,也有水草丰美、瓜果飘香之景。其中伊犁的那拉提草原就是许多人去新疆时的必打卡之地,因为它是世界四大草原之一的亚高山草甸植物区,有草原、河水、针叶林、雪山,放眼所及皆风景。那里山清水秀,长出来的牧草,养出来的羊也是格外有风味。



牧民跟我们说:我们都是人放天养的,一般一个礼拜来看一次,牧羊犬和领头羊会照顾好这群羊。放眼一看,这个羊群不下200头。

草原羊一般是春天下羊羔子,羊羔子满月后断奶就跟着羊群食用草原上的青草,而春夏也正是那拉提草原最肥沃的时候。一般到10月,新疆陆陆续续开始下雪,羊身上也开始长膘,牧羊人将羊羔子赶到冬窝子准备过冬。

在新疆6-8个月的羊羔子因为吃过两季青草,奶香味足、轻膻味、肉嫩鲜甜,最适合清炖。而老的草原羊,大多膻味稍重。

在新疆生活了8年的元初顾客苏姐说:我在新疆乌鲁木齐生活时,附近农贸市场也能买到羊,但是她仍然喜欢开车到几百公里外的牧场,越是远离市区的羊越好。那拉提草原牧草肥沃,养出的羊绝对不差。一听说我们来自那拉提草原的草原羊要上市了,苏姐就成了第一个美食品鉴官。

新疆的羊比新疆人还多,牧民们没钱买饲料喂羊,羔羊们断奶后只能吃牧草长大,所以羊都采用四季轮牧。而那拉提大草原水清草肥,羊自然也养得好,羔羊奶香味足、轻膻味。这与市面上圈养喂饲料的育肥羊绝不相同。

【话鲜要点】

1. 新疆那拉提天然大草原自由放牧
2. 甄选6-8个月羔羊,肉嫩轻膻
3. 通过清真食品认证

苏姐推荐的草原羊做法

羊肉抓饭做法:

准备食材:洋葱、胡萝卜、米饭、羊腿



制作步骤:

1. 米饭提前一晚泡好;
2. 羊腿肉取小块切末、胡萝卜切块、洋葱切丁;
3. 热油,放入羊肉末、胡萝卜、洋葱翻炒至肉末金黄后放入提前泡好的米饭,加入适量水(水的量刚好淹过米饭即可)大火焖煮至米饭熟;
4. 羊腿肉切块,放入锅中翻炒,倒入生抽调色调味,加入适量水,焖煮收汁即可。

价格:

- 元初肉铺新疆草原羊 新疆草原羊-单骨法排 39.9元/包(350g)
- 新疆草原羊-寸排 49.9元/包(500g)
- 新疆草原羊-前腿切片 39.9元/包(500g)
- 新疆草原羊-刨片 29.9元/盒(250g)

在闽南的喜宴上总有一道羊肉煲。一大早,就会看到姑婆们堆砌柴火,架起大锅,热油,大把姜丝爆香,放入羊肉,调色调味,炖煮入味,起锅后用铁盆分装,每桌一盆。

现在这样的习俗渐渐淡了,大家吃羊肉的习惯却



没少。秋冬一到,各家各户都炖起了羊。好食材是食物的灵魂,选山羊自然要选放养的。

元初肉铺的放养黑山羊的家,在远离生活区、工业区,海拔800米以上的大山里,那里郁郁葱葱,空气清新,环境优美。

黑山羊的饲养方式充分利用优越的山林地理环境。牧场采用尊重大自然的友好型种植管理,划分了专门地块,种植不同种类的牧草,让早出晚归的羊群通过轮牧的方式,分阶段摄入不同的营养,使得羊群更好地成长。除此之外,羊儿们还享受着定期洗澡的待遇。在清水中加入一些比较温和的中草药,可以达到杀虫、止痒和祛湿的效果,让羊儿们个个干干净净、快快乐乐。

元初挑选放养周期12个月以上的黑山羊。这时期的黑山羊,皮脆肉香,汤头清甜而且羊膻味轻,不管是炖汤还是红烧,都是一道很棒的冬日暖身硬菜。

【话鲜要点】

1. 放养在远离市区的山林,气候好,环境佳
2. 挑选放养周期12个月以上的黑山羊,风味足
3. 不定期内控检测(95项兽药残留和5种重金属检测),安全放心

价格:

- 元初肉铺山林放养黑山羊肉 两人份推荐: 59.9元/盒(450g)
- 三人份推荐: 79元/盒(600g)



不是所有的羊都能经得起严寒考验

食百草,饮雪水,高山放牧,被当地称为最好的山羊

说到羊肉,16年8月羊肉买手Alon去过一次新疆,寻找新疆本地特有山羊品种——冰碛狗俐,感受了一次早穿棉袄午穿纱,晚上围着火炉吃西瓜的温差。冰碛狗俐因为生长在高海拔寒冷的环境下,并且食用耐寒的牧草,所以它的肉质发脆有嚼劲,鲜香味美,入口微甜。按新疆哈萨克族的说法,入冬后经过严寒考验的冰碛狗俐山羊肉,被当地称为最好的山羊,这也是新疆人待客的一

道传统美食。冰碛狗俐每年数量有限,是新疆羊肉中的珍品。

【话鲜要点】

1. 新疆特有山羊品种 冰碛狗俐
2. 新疆天山北麓天然牧场自由放牧

价格:

元初肉铺新疆冰碛狗俐(带皮山羊肉)(数量不多,属于新疆特有品种羊)

推荐炖汤 新疆冰碛狗俐-羊腿

49.9元/500g

推荐红烧 新疆冰碛狗俐-羊肋排

58.9元/500g

推荐烤制 新疆冰碛狗俐-带骨羊腿

54.9元/500g

推荐火锅 新疆冰碛狗俐-羊蝎子

54.9元/500g

我不会钓鱼 (连载三)

有一个周末,我们应朋友之邀去东坪山钓鱼。山上的水库不大,养着许多鱼,以非洲鲫鱼最多。这是哥哥第一次钓鱼,当然很兴奋,期待能拎条鱼回家炖汤喝。

一开始哥哥非常耐心地和爸爸妈妈坐在岸边,两眼盯着浮标,一坐就是半个小时。可是,很遗憾,我们不仅没能把鱼钓上来,还常常把鱼饵弄丢。哥哥开始显得有些着急,跟爸爸抱怨:肯定是咱们的鱼饵有问题!我们去和別人要点鱼饵吧,人家都钓上好几条了!

我同意了。于是哥哥从别人那里捧了好大一团鱼饵来。换了鱼饵,仍然没钓上鱼来。哥哥又怀疑:可能是

我们选的地方不对,咱们移到两个人边上去,我看他们都钓上好多条了。

于是我们又向他们靠拢。可是,十几分钟过去了,仍然没有鱼咬钩。

哥哥又郁闷了,凑到那两个钓客身边去观察人家怎么钓的,回来再一五一十地教我。我如数照做:做和他们一样大小的鱼饵,把浮标调得和他们一样高,模仿他们把鱼钩甩到水里等等。

可是,鱼儿还是不见踪影。眼看着中午,我跟哥哥说:儿子,爸爸决定放弃。爸爸长这么大,钓了许多次鱼,到今天为止还一条都没钓上来过。看来今天也不会成功。哥哥听了,也没

奈何,只好跟我一起收拾东西打道回府。我知道他一定很失望。

路上,我跟哥哥说:儿子,虽然我钓不上鱼,但我并不会感到不高兴。你为什么这么不高兴呢?爸爸承认有些事情我根本不会做,比如钓鱼这件事。我从一开始就不强求自己一定要钓上鱼啊,所以我现在一点都不郁闷。以后你还可以尝试钓鱼,如果像我一样,也一直没能钓上鱼,我建议你就直接跟自己说,嘿,原来我跟我爸爸一样,都不是钓鱼的料!大不了,我不钓了,但你却没有必要不开心。

其实,主动承认自己在一些事情上很白痴,未尝不是一件很好的事情。



高高,元初副总裁,两个孩子的父亲。

元初新鲜事

泉州晚报:这家店在泉州宣布“包养”你和家人的三餐

噤里啪啦,泉州地区No.1泉秀店盛装开业



2018年9月28日,元初食品No.59,泉州地区第1家泉秀店盛装开业。泉秀店是我们泉州的第一家店,从筹备开店到整装开业,从顾客犹豫不决到顾客自然进店,开心地为家人挑选健康三餐食品是我们最想看到的样子。开业现场有闽南特色的舞龙舞狮节目更显泉州当地闽南文化,为开业增添色彩。开业当天,泉州晚报刊发着元初食品来到泉州的新闻,不少顾客拿着报纸进店选购。嘈杂热闹气氛中有闽南语的乡土味,人头攒动中是乡里乡亲的亲切。

一方水土,一方美味,最难忘是家常味

用元初好食材,烹健康家常味

9月22日,元初食堂No.1五通店温馨开业,元初食堂是元初食品旗下的新业态,是一家用元初好食材,烹健康家常菜的餐饮店。从今以为,我们不止提供健康三餐食材,还提供真正的健康三餐,它是元初健康食材的外卖厨房,它的食材全部来自元初,它是您家门口的放心厨房,让您在偷懒的日子里也能安心享用美食。元初食堂在艳阳中高光亮相!



元初 三胞胎 来报道

10月19-20日,元初食品三店齐开

继我们三次 双胞胎 诞生后,元初食品首创 三胞胎 诞生,2018年10月19日元初食品No.61永升新城店、No.62佳韵园店幸福开业,隔天10月20日No.63罗宾森店温馨开业,附近邻里朋友纷纷到店选购。这次三家新店开业,汇聚质优价实的全球美食,元初会员更是福利多多。

永升新城店地址:厦门市湖里区嘉园路96号;
佳韵园店地址:厦门市思明区厦禾路509-115号;
罗宾森店地址:厦门市思明区厦禾路899号罗宾森广场R1-01



不爱榴莲才犯罪 榴莲控必打卡之地

元初食品品类店 一大波榴莲试营业

自古榴莲最受争议,爱它的人深受诱惑,怕它的人敬他三尺。虽不是重度榴莲控,却觉榴莲是最有挑逗意味的水果,试想本是平静无澜的生活里,每天若还都是苹果香蕉当道,那得多无趣。10月1日,元初食品品类店 一大波榴莲 开始试营业,各项榴莲甜品等你品尝。

地址:厦门市思明区中山路242号中华城A1地块北区负一楼B010商铺

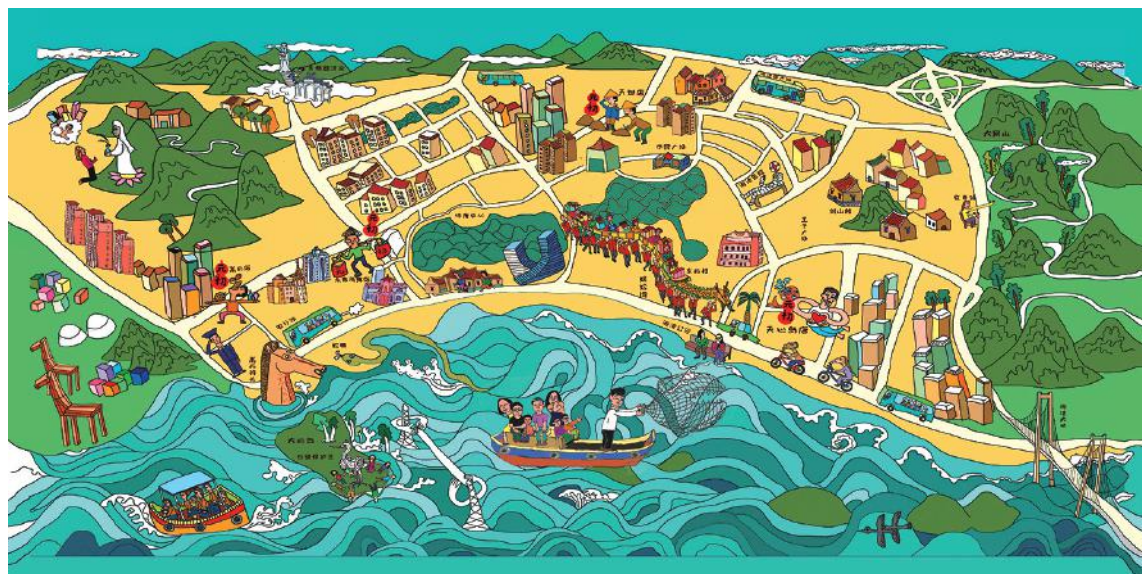


直挂云帆济沧海 海岸线上再添创意

开心店,开新店,未来海岸店温馨开业

9月14日,元初食品No.58未来海岸店清新开业,由于和高崎码头很近,这里不仅可以坐公交车抵达还可以坐船沿途观光海景,附近更有美丽的海

湾。值得一提的是未来海岸店里的一幅手绘画《济沧海》是来自一对独立艺术家 阮陈金、阳巧的创作作品。



《济沧海》来自阮陈金、阳巧独立艺术家的创作作品

新店预告

文园春晓店:
厦门市思明区文园路61号151-153单元

鑫海湾店:
厦门市湖里区五缘西三里134号1112单元