

近年来,药食同源成为养生消费的热门选择。近段时间,红豆薏米水、枸杞红枣水、玉米须水等中式养生水火遍大街小巷,成了不少消费者消暑解渴的首选。

眼下,这股中式养生的风也悄悄刮到了面包界。北京同仁堂推出枸杞原浆牛角包、蜂蜜黄芪胡萝卜吐司等多款面包;扬州市中医院药膳面包在上市一小时内售罄;贵州医科大学附属医院 贵医食堂 推出独具特色的折耳根面包,吸引大量年轻人排队购买。

药食同源养生风刮到了面包界



10月25日,记者在宝龙广场一楼的一家面包连锁店看到,门口立起了醒目的中式养生招牌。这款血糯米抹茶养颜包添加了血糯米、抹茶和黄精,很适合女孩子吃。石斛谷物生津包也卖得很好,添加了铁皮石斛粉、多种谷物和坚果,适合经常熬夜或者容易上火的人群,可以尝试一下。该面包店店长楼先生正站在柜台前热情地向几名顾客推荐产品。

楼先生向记者介绍,10月初,该店推出了黑芝麻餐包、血糯米抹茶养颜包、紫薯黄精元气包、石斛谷物生津包、现烤石斛大列巴等几款药食同源养生面包,售价为16元至18元不等。这几款中式养生面包选用了市中医院药房的配方,主打低糖低油,在消费者中反响不错,特别受年轻群体欢迎,仅宝龙店单日就能售出100多个。

这些添加了中药材的中式养生面包味道如何?其风味能否被大众接受?为一探究竟,记者现场购

买了一个售价为16元的石斛谷物生津包试吃。该面包呈深棕色,口感软糯不甜腻,尽管添加了铁皮石斛粉,但入口并未尝出铁皮石斛的中药味,谷物香气层次丰富,整体高过预期。

正在选购中式养生面包的市民应晴告诉记者,她是一名面包爱好者,购买中式养生面包主要是出于好奇和尝新心理。此前,她曾在多家线上面包店铺购买过山药黑芝麻吐司、茯苓玫瑰吐司、薏米红豆面包、八珍贝果等中式养生面包,有踩雷的,也有反复回购的。

比起普通面包,吃中式养生面包负担比较轻。同样尝试过中式养生面包的上班族刘佳蕙坦言,她看重的与其说是这类面包的功效,不如说是一种相对健康的心理安慰。中式养生面包里至少在原料上花了一些心思,添加了一点中药材,并且普遍比普通面包少糖少油。

尽管中式养生面包精准契合现代人对食养的需求,但业内人士提醒,对于中式养生面包的实际疗效,消费者应理性看待。毕竟这类面包的本质仍是食品,中药材含量往往有限,其养生效果因人而异,过量摄入反而可能给身体带来负担。

融媒记者 张曼欣

登高远眺



策划 陈旭东 漫画 应楚楚



中药材

断崖式 降温来袭 用风衣迎接这个秋天

最近几天,冷空气持续发力,永城迎来断崖式降温。秋风渐起,正是风衣登场的好时节。风衣自带一股浪漫优雅的气质,是秋日的氛围感单品。本期就为大家带来一套适合小个子女生的风衣穿搭。

卡其色自带复古与温暖的滤镜,是秋冬的经典配色。上半身选用的这件卡其色风衣点缀了一些趣味的卡通元素,多了一点俏皮味道,带着巴恩风格棕色翻领设计,时髦又减龄。相较于容易显得拖沓的过膝长款,短款版型能够自然提升视觉重心,不压身高,对小个子女生十分友好。内搭可以选择一件简约的白色打底衫,更好地衬托风衣的设计感。

下半身搭配的棕色灯芯绒短裤通过同色系的深浅碰撞,营造出和谐的层次感,灯芯绒材质还为整体造型增添了复古质感。脚上的棕色厚底短靴不仅与整体色调呼应,还能在视觉上优化身材比例,为整体造型增添一丝酷飒气息。

穿搭图鉴

融媒记者 张曼欣 文
通讯员 陈威武 摄 模特 陈钧湘

