

月饼“流派”知多少

□记者 牛亚丽

阅读提示 | 又是一年中秋到，月饼种类何其多！广式月饼、京式月饼、苏式月饼、滇式月饼，还有冰淇淋月饼……各种口味的月饼已全面上市，天底下到底有多少不同口味、不同“流派”的月饼？谁才是你记忆中最好吃的月饼呢？

近日，大河报记者走访了洛阳市各大卖场、超市、蛋糕房，月饼市场变得异常活跃，到处可见各式各样的月饼，或散装、或礼盒，摆在显眼的位置，供人们挑选。吃月饼，在享受它美味的同时，更要吃得健康。

旅游餐饮事业部
主任 高菊
15824946212
记者 牛亚丽
15139986810

“主流派”月饼

说到月饼的口味，不少人首先想到的是双黄莲蓉月饼、玫瑰豆沙月饼、椒盐五仁月饼、红枣果蓉月饼……广式月饼是传统月饼之一，其外观油光闪闪，口感松软细滑，皮薄馅多。今年57岁的杨阿姨说，过去小时候吃不起什么好东西，每到中秋节一个月饼几个人分。五六十年代，月饼包装简单，口味单一。现在市面上的广式月饼，口味丰富，包装美观。

最具代表的有双黄莲蓉月饼，以莲子为原料，带着清香再配上蛋黄鲜美的滋味，口感甜美，回味无穷。

尽管五仁月饼在网上屡遭“炮轰”，但五仁作为经典月饼口味，依旧得到不少人的力挺。记者走访了几家超市发现，月饼销售区中，五仁月饼几乎所有的品牌中都占有一席之地。

除了广式月饼，苏式月饼、京式月饼也是月饼界的主角，记者在走访某蛋糕店时，营业员告诉记者，苏式月饼销量一直很好。相比广式月饼，苏式月饼外表尽管简单，但更注重内在的滋味。最具代表的主要有椒盐、五仁、肉松、火腿、豆沙等五种风味，皮层酥松，入口即化。

其他“流派”各具特点

除了主流派月饼，其他地方特色的月饼也深受吃货们的追捧，如滇式云腿月饼、衡阳酥薄月饼、陕西秦式月饼、潮式月饼等。

滇式云腿月饼一直也备受欢迎，洛阳市民张先生说，每次吃云腿月饼吃到火腿粒，真的是很享受。滇式月饼是用云南特产的火腿，加上蜂蜜、猪油等做成的陷，香浓味醇，甜咸适宜。

衡阳酥薄月饼原名酥薄芝麻饼，历史悠久。主要以精面粉、白糖、猪油等为主要原料精工制作而成。酥皮层次分明，馅大皮薄，甜而爽口。

陕西秦式月饼，其代表是西安的水晶月饼，因其馅透明发亮，犹如水晶而得名。以冰糖、精板油为主。成品小巧玲珑，皮酥馅足，滋润适口。

潮式月饼，也称潮汕口饼。外形成螺旋状。在潮汕方言是指猪油，顾名思义，这种月饼用的是猪油掺面粉作皮。成品色泽金黄鲜艳，皮酥薄脆，口味清甜。

除了传统口味的月饼，现在很多人都喜欢吃得有创意，如巧克力月饼、冰淇淋月饼以及冰沙鲑鱼月饼，让一些不热衷吃月饼的年轻人也特别青睐。



资料图

吃月饼更要吃出健康来

月饼属于高热食物，皮占的比例越高，热量就越高。苏式月饼相比广式月饼皮厚，油脂相对较高。而广式月饼含糖量高，血脂偏高的人，应少吃。滇式月饼的饼皮一般以面粉、猪油和蜂蜜制成，所以油脂含量也稍低一些。

因此，月饼尽量要少吃，一天不宜超过一块。对于高血压、高血脂、冠心病三类人群，更要格外注意控制油脂与糖分的摄入量。一般人群，吃月饼的时候不要吃主食，即便要吃搭配蔬菜、水果等清淡食品。

如此品种多样的月饼，一定要吃得健康、有品质、

有特色，把那些值得尝试却还没吃过的好味道都吃上，才配得起“吃货”的称号。

本刊主编 张鸿飞 稿件统筹 牛亚丽

CITS 洛阳中国国际旅行社
公司地址：九都西路国旅大厦 许可证号：L-HY-0100007

国内一部 64325061 64325106	国内二部 64323201 64321936
10月1日专列 A线：长沙韶山、桂林漓江、阳朔、荔浦丰鱼岩、嘉江湾 6日游 1880元起 B线：长沙韶山、凤凰古城、张家界专列6日游1980元起 全行不加点。纯玩无购物店	十一旅游线路 厦门土楼双飞4日 3100元 东北双飞7日 2980元 胡杨林可可西里青海湖双飞7日 3280元
出境中心 64325061 64325106	国内三部 64368571 64612229
关岛东西海岸14天 23800元 澳新12天 19300元 代办各王签证	十一错峰畅玩之旅，10.3发团 张家界凤凰古城双卧5日 1980元 张家界黄龙洞双卧5日 1980元 桂林山水之漓江双卧5日游 1680元起 厦门武夷山双卧6日游 7080元 海南双飞5日游 时价

旅游导航 欢迎旅游同行及时提供旅游信息 上门服务 刊登热线：18638819908 13592056682

“大爱中原，情暖夕阳”

——九九重阳节万名老人游焦作

主办单位：河南老年产业协会 焦作市旅游局
焦作青天河景区 焦作神农山景区
承办单位：河南老年旅游专业委员会 洛阳宝中旅游
具体操作：洛阳宝中旅游

行署路 电话：63287707 地址：开元大酒店斜对面
中州路 电话：63123369 地址：枫叶国际1105室

宝中旅游 BCTS TRAVEL SERVICE

5A 神农山一日游 98元
5A 青天河一日游 98元
报名就送98元大礼包

发团时间10月10号、12号、13号以后每周六、日发团
中秋节各条线路报价已出，欢迎来电咨询，电话如下

西苑路 电话：64272609 地址：西苑路武汉路东200米
南昌路 电话：60119018 地址：西苑公园斜对面

休闲·五道幢

西峡五道幢 中原小九寨

龙潭沟一日游 168元/人 (AAAA)
五道幢一日游 168元/人
龙潭沟+五道幢
两日游 268元/人

景区咨询热线：0377-69921252 龙潭沟洛阳咨询电话：18637793577

音画·龙潭沟

西峡龙潭沟 人在画中游

优惠活动：(每周六发团)
自9月10-10月31日凡自驾车凭本报
纸前往景区游览即可享受门票8折优惠
(洛阳-洛栾高速-栾川庙子镇-太平镇-西峡龙潭沟风景区)
大河报定户凭发票前往旅行社报名
可享受超折扣价哦!详询：18638819908

活动咨询热线：18638819908 活动报名热线：0379-63310039