

蹦 K 能给你不一样的感觉

南阳晚报

金悦读



食尚工作室 程菊梅

美食

副主编：程菊梅 创意：魏爽 质检：陆晨君



(资料图片)

彩球、鲜花、蜡烛……布置得热闹喜庆的生日主题包房，旋转的彩带，穿着英伦风的服务生唱着生日歌，推着蛋糕车缓缓走进……这个周末，爱好唱歌的王林在蹦 K 高新店度过难忘的生日主题 Party，你是不是也很向往呢？那么就来蹦 K 高新店，这里可以满足你所有的想象和要求，绝对会让你成为最闪耀的生日之星。

今年 25 岁的王林说，之所以选在蹦 K 过生日，是因为喜欢这里炫酷的气质、高贵的场景、高端专业的音响系统配置，让生日 Party 更有气氛。创新精神和艺术功底兼具的主题风格包房，将众多不同的时尚元素结合得恰到好处，让朋友们都大开眼界，颠覆了他们对 KTV 的想象。

他特别强调，每个包房都

不为外界噪声干扰，私密性和娱乐性兼顾，楼层的服务生服务很周到，在这里开心随意、可尽情嗨皮。时尚白领李乐体验后认为，如果在蹦 K 高新店举办 KTV 婚礼，大家把酒高歌，这样的婚礼现场充满了青春气息，一定让人终身难忘。

蹦 K 高新店负责人介绍，从空间规划、设计创意、服务理念、运营管理上全方位提升，为消费者呈现了一个梦幻般的主题 KTV 王国，是南阳乃至河南省内的娱乐新地标。不同风格、不同功能的主题包房，可以满足都市人商务交流、交友聚会、生日庆贺、结婚周年纪念等聚会的需求，让你的聚会更时尚、更有新意，让每一位来宾唱出快乐，开心无限。③3

(程创平)

秋季吃茄子除燥降火

教你四种茄子做法

秋季正是吃茄子的好时候，新鲜茄子含有丰富的维生素 A、维生素 B、维生素 C、维生素 D 及蛋白质。中医认为，茄子性凉、味甘，有清热止血、消肿止痛、祛风通络、宽肠利气等功能，所以在这个季节吃些茄子能降“火气”。本周记者汇集了茄子的四种做法，一起来学学。

鱼香茄子

材料：茄子，葱末，姜末，蒜末，绍酒，盐，糖适量，豆瓣酱，酱油，醋，湿淀粉适量。

做法：1.将茄子切成滚刀块；起油锅，锅中放入半锅油，待油热至八、九成时放入茄子，炸至茄子由硬变软取出，将油沥干待用。2.另起锅，锅中放油三汤匙，油热后，先爆香葱末、姜末、蒜末、豆瓣酱，放入茄子，加绍酒、酱油后炒匀，再加入一碗水，大火煮开后改用小火煮至茄子入味，加入糖、醋调味，最后用湿淀粉勾芡即成。

段，用油炸至软捞起；蒜仁切末；2 倒入沙拉油加热，爆香蒜末，加入茄子和调味料，炒均匀即可。

茄子炒豆角

材料：豆角，茄子，干辣椒，蒜粒，姜末，生抽，鸡精，盐

做法：1.先把茄子切成小长条，先放盐水中浸泡，去除有毒物质。长豆角洗干净，切成小拇指长的段。几颗大蒜备用。2.水烧开，把切好的豆角放入，过水几分钟吧，捞起放冷水中淋一下。3.锅稍多放点油，放入姜末、干辣椒再把捞起的漏干水的茄子倒入锅中。翻炒，待变色，有点软时，放已过水的豆角、大蒜、生抽，再翻炒后放少量的盐、鸡精起锅。⑧1

(程菊梅)

拌茄泥

材料：茄子，橄榄油，芝麻酱，蒜泥和少许盐

做法：1.茄子横竖刀切成条（不要切到底）；2.放蒸锅蒸茄子，20 分钟左右即可（蒸得越透越软就越好吃）；3.出锅后，倒掉蒸出的水，放盐、鸡精、老抽、醋、蒜末，最后淋上香油（醋比较关键，多放）；4.拌成泥状。

红烧茄子

材料：茄子，蒜仁，沙拉油，酱油膏，水

做法：1.茄子洗净切



微友探店

扫一扫，流星花园 7 折惠

本报讯（记者程菊梅）入秋后，想换换口味，八一路的流星花园时尚主题餐厅近日开业了，粤菜、上海菜、本地菜还有美味烧烤，为你带来清新独特的感受。本周微友们扫一扫，可七折就餐或送 50 元代金券。

此外，凭晚报美食订阅号就可享以下优惠：到有意思 UES 台式中西茶连休闲餐厅，全家福套餐原价 186 元，现特惠 128 元。只需 39 元，就可品尝滨河路千合百味原价 51 元的韩国凉面加铁板五花肉套餐绝妙搭配。仲景路小灶居旅游便携套餐原

价 188 元，现 158 元。龙继斑鱼庄每桌送精品肥牛一份。福林河鲜每桌送风味手撕鸡一份。品尝鸿德步行街八牛肉风味面馆任何特色面，送果吧果汁一杯。中州东路燕之屋半价品尝燕窝一份。巷子里、蒸蒸日上 39 元羊肉海鲜炖面鱼只需 19 元。高第街 56 号餐厅广东烧鸭原价 32 元半只，特价 26 元半只。千合百味 4 至 5 人

6 菜一汤现价 129 元。太子金樽天下第一鱼 18 元。一品布衣汤烤铜王总价值 208 元套餐特惠 78 元，含一份鸳鸯锅底、两份调料、一份肥牛、豆皮、生菜、培根、奶油包、金针菇，两套餐具，两瓶崂山啤酒，10 串烤羊肉串，此外还有烤香菇、烤豆腐干、烤鸡胗各一份；冰激凌两杯，酸梅汤一扎。详情尽阅南阳晚报美食地图。⑧3

华元商务酒店

★北京果木烤鸭 ★郑州豫记烩面
★大厅菜 1-3 元起 ★包间 10 元特价菜

地址：七一路与车站路交叉口东 100 米路南
电话：61651188 61651199 或 114 转



扫一扫，享优惠

永发美食汇

永发集团旗下拥有永发家园、盛世开元、百天羊时尚火锅、永发饺子王等多个品牌餐饮店，始终秉承“食材好，食才好”的产品理念，持续打造“基地化养殖，全球化采购”的绿色食品供应链！

<p>结婚就在草帽兴发</p> <p>Tel:0377-50179999 Add:南阳市建设西路1359号</p>	<p>英雄本色 盛世琵琶</p> <p>Tel:0377-60166666 Add:南阳市人民北路1363号</p>	<p>中华百天羊 自然鲜生态</p> <p>一店: 0377-8880777 二店: 0377-8880777 三店: 0377-8880777</p>
<p>西州美 最美是春天</p> <p>Tel:0377-63011555 Add:南阳市独山大道与光武路交叉口向北100米</p>	<p>南阳人在北京的家</p> <p>Tel:010-83898655 Add:北京市朝阳区芍药居桥东230号</p>	<p>永发饺子王 记忆的味道</p> <p>Tel:0377-60661789 Add:南阳市建设东路酒厂东侧老商厦时代广场</p>

南阳晚报 人才交流平台 广告咨询电话:63136669

《南阳晚报》是南阳市区发行量最大的都市报，也是南阳市人才交流的首选媒体。为了给人才交流搭建一个更好的平台，更好地服务广大客户，本报特开设《人才交流平台》专栏。欢迎广告客户发布招聘广告，同时也欢迎求职者发布个人的求职信息。

敬告：使用本报分类信息请供需双方认真核实有关证明材料，签订有效法律合同。

<p>招聘</p> <p>△知名教育机构现招聘小学语文外老师数名。</p> <p>电话:13838735000</p> <p>△招聘电话销售精英,双休日,节假日休息。</p> <p>电话:13683916655</p>	<p>招聘</p> <p>△宛城区某学校招五年级教师,圆你执教梦。电话:67091036</p> <p>△某教育中心诚聘初中、小学数学教师,三金一险,非诚勿扰。</p> <p>电话:13598276465</p>	<p>招聘</p> <p>△市内医药公司招聘会计 5 名,有工作经验者优先,待遇面议。</p> <p>电话:15539933369</p> <p>△白河南十二小一托教招辅导教师。</p> <p>电话:13037683570</p>	<p>招聘</p> <p>诚招筑路机械销售人才数名,有机电及营销专长者优先。大专以上学历,能长期出差,待遇面议。另招电工、焊工、车工数名。</p> <p>电话:13503901886</p>	<p>招聘</p> <p>南阳二技校诚聘汽车维修实习教师,大专以上学历,有工作经验者优先,待遇面谈。</p> <p>电话:13803774253</p> <p>招托教老师</p> <p>电话:13937711026</p>	<p>全友家居招聘</p> <p>安装工(学徒也可)、导购精英、设计师各数名,年龄 20~35 岁,待遇优厚。</p> <p>电话:62291988</p> <p>面试地址:文化路与中州路交叉口全友一楼</p>	<p>南柴医院招聘</p> <p>妇科医生、医助、外科医生、耳鼻喉医生、麻醉科医生、护士。</p> <p>联系电话:18623777222</p> <p>白硕挂面厂直招</p> <p>省区经理 10 名,重广甘云南等地市内商超流通业务 5 名,乡镇跟车业务 2 名。</p> <p>电话:13937706779 63987905</p>
--	---	--	--	---	--	--