

饺耳

BIAO ER

饺耳 | 第1期



JIAOEAR DELICACY

饺耳世家

传以古法
注以新意
精于食材
通于传达



饺耳世家文化

THE CULTURE OF
JIAOEAR ARISTOCRATIC
FAMILY

饺耳世家，是全国首家致力于传承千年养生饮食文化的饺子店。秉承“传以古法，注以新意，精于食材，通于传达。”品牌理念和“养生食疗”的经营宗旨，让饺子的食疗养生文化在老北京宫廷御厨祖传配方接班人张芳女士的手上，继续发扬光大，铸就饺耳金质品牌。让饺耳世家成为中国餐饮业价值典范。



不单纯注重于饺子的口感与味道

不单纯注重于饺子的口感与味道我们，同时注重于饺子的营养与功效。饺子的馅料制作均选用新鲜的原食材，进行合理的营养搭配。自第一道工序开始，通过 29 道工艺标准，49 道工艺流程，从皮到馅全部纯手工制作，为您奉上传统地道的纯手工水饺。饺子为东汉末年，“医圣”张仲景发明，原名娇耳。

第一个饺子的诞生并不是作为食物，而是作为药引“祛寒娇耳汤”，帮助穷人驱寒暖身，医治冻烂的耳朵。饺耳世家将遵循 1800 年前张仲

景发明饺子的初衷，让饺子作为美味食物的同时，继续完成它温补身体，养生食疗的使命。让饺子延续其最初诞生的意义，让大家享受美味的同时养胃健脾，温补身体，吃的美味也吃得健康。来到饺耳世家，除了美味健康的饺子外，还有其他精美养生菜品售卖。饺耳世家，纯正中国味，等您来尝鲜！企业秉承“传以古法，注以新意，精于食材，通于传达。”品牌理念和“养生食疗”的经营宗旨。

10月8日4时33分，我们迎来寒露节气。寒露是农历二十四节气中的第十七个节气，“袅袅凉风动，凄凄寒露零。”寒露是二十四节气中第一个带“寒”字的节气，寒露之后，露水增多，气温更低，意味着全国大部分地区热冷交替季节的来临，天气将真正由凉爽向寒冷过渡。

寒露 COLD DEW



自古以来，国人“天人合一”的思想无不在生活中每一个角度体现。二十四节气的变化也在影响着百姓的衣、食、住、行。寒露到来，万物随寒气增长，逐渐萧落。北京亦开始呈现深秋景象，白云红叶，偶见早霜。小编也开始手脚冰凉了。”秋意浓，舞秋风“，赶快看看，寒露节气如何养生！别让秋风吹走你的健康好身体！

衣 寒露注意穿着

“白露身不露，寒露脚不露”，这句谚语是养生之道，也提醒大家，白露后穿衣，就不要赤膊露身了，而寒露后，应做好足部保暖，以防凉气侵入体内。秋季凉热交替，气温下降，我们开始逐渐增添衣服，但添衣不要一下太多、太快。“春捂秋冻”，秋天适度经受些寒冷有利于提高皮肤和鼻粘膜耐寒力，对安度冬季是有益的。但早晚凉意甚浓是还是要多穿衣服，做好保暖措施。

秋季，部分年轻人喜欢露着脚踝的裤子穿法，是没做好足部保暖的体现



食

寒露食疗滋补

秋季养生食补，意在增强体质，为我们以更健康强壮的身体度过冬季做准备。这时要增加羊肉、牛肉、鸡肉等高营养肉类的摄入量，又不能忽视蔬菜的营养，馅料丰富，营养均衡的饺子就成为了最佳选择。

泰皇酱焗帝王蟹

寒露的一大习俗是吃螃蟹。古人诗曰：“九月团脐十月尖，持螯饮酒菊花天。”秋蟹肥美，秋季正是吃蟹的最佳季节。蟹又称“无肠公子”，其肉质细嫩，且营养十分丰富，蛋白质的含量比猪肉、鱼肉都要高出几倍，钙、磷、铁和维生素A的含量也很高。蟹肉有通脉滋阴、补益肝肾的食疗作用。但脾胃虚寒者，过敏体质者，宜少食或不食。螃蟹含有丰富的蛋白质及微量元素，对于蛋白质的美容作用，我们已经略知一二。而微量元素在肌肤美容中也同样占有很重要的地位，如镁是构成体内多种高。蟹肉有通脉滋阴、补益肝肾的食疗作用。但脾胃虚寒者，过敏体质者，宜少食或不食。



秋季养生食补，意在增强体质，为我们以更健康强壮的身体度过冬季做准备。这时要增加羊肉、牛肉、鸡肉等高营养肉类的摄入量，又不能忽视蔬菜的营养，馅料丰富，营养均衡的饺子就成为了最佳选择。

饺耳特推荐：羊肉胡萝卜饺

羊肉胡萝卜饺

常吃胡萝卜可增强免疫力，胡萝卜是一种质脆味美、营养丰富的家常蔬菜，李时珍称之为菜蔬之王。美国科学家的最新研究证实：每天吃两根胡萝卜，可使血中胆固醇降低10%~20%；每天吃三根胡萝卜，对预防心脏疾病和肿瘤有奇效。

常吃羊肉的好处：

- (1) 温补脾胃，用于治疗脾胃虚寒所致的反胃、身体瘦弱、畏寒等症。(2) 温补肝肾，用于治疗肾阳虚所致的腰膝酸软、冷痛等症。(3) 补血温经，用于产后血虚经寒所致的腹冷痛。(4) 保护胃黏膜，羊肉可保护胃壁，增加消化酶的分泌，帮助消化。(5) 补肝明目，羊肉有益血、补肝、明目之功效，对治疗产后

贫血、肺结核、夜盲、白内障、青光眼等症有很好的效果。

胡萝卜性温，可调补中和肠胃。羊肉补气养血，温中补肾。二者对改善胃病，治脾胃虚冷很有帮助，非常适合气血虚、胃寒的人。二者对改善胃病，治脾胃虚冷很有帮助，非常适合气血虚、胃寒的人。





山药炒秋耳

山药既是美食，也是中药。山药中的B族维生素的含量是大米的数倍，矿物质中钾含量也极其丰富。研究证明，山药对于糖尿病有辅助疗效。

秋天适合食用蜂蜜，尤其是洋槐蜜。秋天容易口干舌燥，有上火症状时，最好选择洋槐蜜。在所有蜂蜜中，它的润肺、去燥效果最好。



行 寒露“行”的重要性

秋天虽没有春天那样春光明媚，生机勃勃，但秋高气爽，遍地金黄，是另一番动人景象。秋游是一种很好的活动形式，既可调节精神又可强身健体。常到公园湖滨郊野走一走，进行适当的体育锻炼，增强体质，同时也能愉悦心情。



秋季小知识

进入秋季后，人们身体出汗明显减少，人的机体也进入休整阶段，水盐代谢功能开始恢复平衡，消化系统功能也日渐正常，然而此时人们的身体却有一种说不出来的疲惫感，这就是人们常说的“秋乏”。克服“秋乏”应该从调节人体节律入手，在日常起居作息上作针对性的合理调整，秋季宜早睡早起，保证睡眠充足。睡前最好用热水泡泡脚，暖和和进入梦乡。用热泡脚既可预

防呼吸道感染性疾病，还能使血管扩张、血流加快，改善脚部皮肤和组织营养，减少下肢酸痛的发生，使人精力充沛。

深秋寒气袭人，既要防止受寒感冒，又要经常打开门窗，保持室内空气新鲜。条件许可情况下，居室及其周围可种植一些绿叶花卉让环境充满生机又可净化空气促进身体健康。

别着急！！！

美食值得等待

有段时间，网上盛传这样一个说法：在家吃饭才是真正的吃饭，在外面吃只能叫将就。小编对这句话实在是不认同的，带着家人的爱做出来的食物固然可贵，但餐馆里那些厨师用心烹饪出来的食物，绝对也是能够打动人心的佳肴。只是日常快节奏的生活，渐渐让我们对食物失去了耐心。餐馆里上菜的速度好似永远都太慢，上菜！上菜！内心不耐烦的催促着。别着急，美食值得你的耐心等待。需要等待的美食，红烧肉肯定是之一。饺耳世家的红烧肉很受各位食客的青睐，大概凭借着鲜亮的颜色，绝美的味道，即使需要小候一会，红烧肉也永远都有着让人垂涎三尺的魅力吧！

红烧肉是一道不折不扣的功夫菜，制作过程是精细耗时的，带着皮的五花肉，得用小火慢慢的炖。微妙的火候，把肉里的油渐渐熬出来，味道慢慢渗入每一寸肉中。成品肥而不腻，入口即化，也才算是成功了一半，要外表晶莹油亮，上色充足才称得上完美。配上一碗白米饭……

等菜的过程是一种甜蜜的折磨，期待着它的味道，却迟迟不见其真身，望眼欲穿，急不可待。烹饪的厨师却有着十足的耐心，等待食物达到最接近完美口味的时刻，才肯把它呈现在食客的面前。

夹起一口放进嘴里，细细品味，浓厚的食物香气在口中弥漫开来。你明白，这是值得等待的口舌之快。

饺耳红烧肉

BRAISE IN SOY SAUCE MEAT





订购热线: 010-80440188

北京中景餐饮管理股份有限公司
Beijing Zhong Jing Restaurant Management Co.,Ltd.

技术支持: 寰宇汇智(北京)文化传媒有限公司