

男明星争相亮相荧屏拼厨艺

拿手菜：清蒸鱼、烧茄子

如今，男明星在综艺节目上都爱秀厨艺。连一向爱酷帅的谢霆锋都推出了美食节目《十二道锋味》，引发一众网友感叹：“会做饭的男明星才是真正的男神！”近日，记者采访了佟大为、陆毅、黄磊，他们都称闯荡演艺圈不光要靠演技，厨艺也是非常必要的一门才艺。



佟大为
包地种菜为吃个健康
拿手菜：清蒸鱼、烧茄子

有了爱女之后，佟大为和关悦的生活重心也都转移到了女儿身上，佟大为有空时会给家人做一桌菜，清蒸鱼和烧茄子是他的拿手菜，佟大为说：“女儿的好评就是我做饭的动力。每次做完饭，看着一家人吃饭，我会发出一声感叹，这简直就是神仙过的日子啊！”佟大为不仅做饭，还种菜，说起当菜农的心得，佟大为说：“我租了一块菜地，找人帮忙打理，让家人和身边的朋友能够吃得健康一些。我发现菜地里种出来的那些没沾过化学肥料的菜，确实能吃出小时候的味道。”

陆毅
爱妻子的方式是做饭
拿手菜：红烧鸡爪子、竹笋炒肉、什锦炒饭、松鼠鳜鱼

在《爸爸去哪儿》《鲁豫的礼物》中，陆毅颇秀厨艺，他说：“说实话，我不希望鲍蕾的厨艺好，我甚至希望她做得越难吃越好。我希望做更多的好吃的让她吃，而不是让她在厨房里跟锅碗瓢盆较劲。这是我爱她的一种方式。”

陆毅小时候，一家三代同堂，五口人住

在上海石库门20平方米的小房子里，小小年纪的他就跟着父母学做菜。陆毅说：“我父母是宁波人，所以我做菜的口味有点偏向宁波人的口味。”拍戏间隙回到上海的家中，陆毅所做的最有趣的事是在家门口的小河里钓龙虾。

黄磊
特别爱下厨还爱得瑟
拿手菜：川菜、湘菜、淮扬菜

在《爸爸去哪儿2》里，黄磊展露了他的一手好厨艺，在观众惊叹的同时，黄磊称这还是小儿科。

说到一手好厨艺的来源，黄磊说主要受了家庭的影响，“我的父亲母亲都比较会做菜，我很小的时候都是在家吃饭，所以老是在厨房里调这些味道，而且我还特别爱得瑟，开始一帮朋友在一块，还你做一个菜，我做一个菜，后来大家都发现我做得好吃，就改成了我包办了。”

黄磊坦言对做饭有爱好，“做饭对我来说纯粹是爱好，特快乐，我也特爱琢磨。”黄磊说尝过他手艺的明星可不少，“何炅是吃我的饭最多，这帮朋友没事会经常到我家来聚会，做一桌子菜，还挺好玩的。”

据京华时报

李阳皈依佛门 师从释永信

近日，疯狂英语、疯狂汉语创始人李阳在千年古刹——河南登封少林寺皈依佛门，师从少林寺方丈释永信，法名延依。同时皈依佛门的还有易太极创始人职勇，法名延同。 凤凰

郭美美干爹王军 疑被供出

微博实名认证用户翁涛近日发微博爆料称王军被北京东城区公安局带走，疑跟郭美美有关。

翁涛爆料原文：近日，王军在深圳被北京东城区公安局带走，昨天已带至北京，至今已超过24小时，家里尚未收到有关方面通知，据说律师昨天前往东城区公安局要求会见也未获安排，希望公安部门根据法律规定尽快通知家属并给于安排律师会见。相信此事跟郭美美有关！ 据人民网

3.5元 刮肠油、清脂肪、消灭大肚子

肚子大百病生

肚子大，身体差。

大肚子是一种慢性病，容易被人们忽视，但大肚子人群却在急剧上升，腰粗容易储藏脂肪过多，以至于健康受到严重危害。

男人有了“将军肚”、“啤酒肚”，走路气喘吁吁、胸闷，弯腰脸憋得通红，肠胃胀气坐立不安，白天工作迷糊、精力差。

女人有了“游泳圈”、“水桶腰”，内分泌容易失调，长期失眠、便秘，脸色枯黄长斑，眼角鱼尾纹、抬头纹越来越严重。

老人有了“大肚子”，怕冷、怕风，手脚冰凉，爬楼梯上气不接下气，心跳快，心慌慌，晚上胸闷的睡不着觉。

肥胖是百病之源

“大肚子”人群常常伴有高血脂、高血压、高血糖、糖尿病、脂肪肝，但因为大多是中壮年，体力充沛，所以心脑血管病症感觉不明显。然而，动脉粥样硬化却在悄悄进行，血管的弹性也在慢慢丧失，一旦过度劳累、酗酒、气温骤变、情绪激动，继续高脂肪饮食，甚至有可能诱发脑中风和心肌梗塞，严重危及健康。

俗话说“千金难买老来瘦”，因此读者朋友如果出现肥胖、大肚子，可以试试【清轻茶】来减小肚子。

每天2杯茶 甩掉烦人大肚子

【清轻茶】传承中医茶疗清肠排油、

降脂保健的精髓，采用国际先进超声波提纯技术，高浓度纯天然植物精华，专门针对人体肥胖源头——内脏脂肪，能够直击内脏脂肪囤积处，有效分解多余的内脏脂肪，促进人体血液循环，加速皮下多余脂肪燃烧，同时有效阻止和干扰新的内脏脂肪囤积，从源头掐断肥胖来源，形成易瘦体质，彻底消除将军肚、游泳圈；在加速分解脂肪同时，【清轻茶】中茶多酚、茶色素等有机化合物，镁、钾、锌、硒等多种天然微量元素，能强心健

脑、保肝护肾，并促进人体血管内壁垃圾的分解融化，随着人体新陈代谢逐步排出，调节好血脂，降低血糖和胆固醇。每喝一杯等于3天每天跑步2小时。不节食，不运动，喝两杯相当于节食。女人喝了，不仅刮肠油，还平衡营养元素，活气血，睡眠改善，排便通畅，脸色红润，痘痘消失，皮肤有弹性，鱼尾纹也没了。

特大优惠正在进行中，活动仅限3天，打进电话有惊喜，详情咨询：0511-88072906。

大肚子瘪了9种病好多了



- 1、平稳血压，减服西药
- 2、心脏变年轻，远离心梗猝死
- 3、平稳血糖，改善糖尿病并发症
- 4、大肚子瘪了，脂肪肝没了
- 5、安神，促进睡眠
- 6、尿频尿急好了，夫妻感情更上一层楼
- 7、手脚冰凉、麻木消失得无影无踪
- 8、告别肠胃老毛病，吃饭香
- 9、肺虚咳嗽明显减少，告别老寒腿

1小时杀灭家中蚊虫

- 强效灭蚊
- 纯物理杀蚊，每天只要几分钟
- 全天使用，一个月仅需3度电
- 负离子净化空气
- 光触媒杀灭室内细菌
- 如有任何质量问题，免费换新



市场售价：399元/台
现工厂价 **178元/台**

订购热线：88072906
(团购10台起可优惠)

男人为啥爱玛咖？

安第斯玛咖是一种生长在秘鲁海拔3500米以上高寒山区纯天然药食兼用植物，富含生物碱、芥子油苷、玛咖烯、玛咖酰胺等天然活性成分。

京晚乐购精品玛咖不含任何违禁成分和激素类药物，天然安全、不会产生依赖。长期吃玛咖的男性活力四射，无论多少岁，都能精力充沛，神采焕发，工作生活还能保持激情。

即日起京晚乐购展开特惠推广活动，把原价49元每盒的高浓缩玛咖，以近乎成本价19.8元推出，详情咨询88072906。

买60盒送50盒，买100盒送100盒



京晚乐购是镇江报业集团、京江晚报倾力打造的购物栏目，集报纸、微信、网络等优势为一体。欢迎优秀商家提供优质产品，招商热线：0511-85275010

一店：大西路112号(报社印刷厂) 0511-88072906
二店：庄泉路南山华庭7A-101 0511-85631333

售后中心：报业大厦9007室

监督电话：0511-85035010

团购热线：15162977561

