

# 2023年重庆美食演讲稿(模板10篇)

演讲属于现实活动范畴。它是演讲家通过对社会现实的判断和评价，直接向广大听众公开陈述自己主张和看法的现实活动。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来看看吧。

## 重庆美食演讲稿篇一

尊敬的各位领导、同事：

大家上午好。我是来自xxx公司的xxx，专门从事饮食供给和酒店服务管理专业，与在座的每一位生活都息息相关。作为一位食品生产与供给的管理者，非常注重食品安全、营养卫生和健康饮食。通过在工作之余的闲暇时间阅读《食品安全控制与管理》和《饮食营养与健康》两本书，读后受益匪浅，今天在这里与大家分享。

去年，一部纪录片《舌尖上的中国》红遍大江南北，很多观众沉醉于中华美食的独特魅力，甚至直呼“口水止不住”。然而面对生活中舌尖上的安全问题，人们又不禁感叹：荧屏上佳肴令人回味无穷，现实中问题食品却让人心惊肉跳。近几年来，三鹿“毒奶粉”事件刚刚平息，“苏丹红”、“病虫桔”事件又被揭穿，“瘦肉精”、“毒豆芽”一波又一波轮番上演。“民以食为天，食以安为先”。如果我们每一天对着餐桌上摆着的美味佳肴就想着吃起来是不是令人放心，那就太悲哀了。老百姓的饮食安全得不到保障，何以来谈健康的话题。一句顺口溜这样说：

地沟油、染色馒头、牛肉膏、毒生姜、黑心豆芽、毒血旺等相继曝光。据本地电视台和报纸连续曝光，有些不法商贩为了节约成本用工业盐代替食用盐来腌制鸡、鸭、卤菜，而这些工业用盐是一种致癌物质。更令人惊叹的是，这些带有致

癌物质的食品，打着廉价的幌子，进军超市和私人经营的店铺，黑心店主说：“这是公开的秘密，是不折不扣的潜规则。”

我想这是不可能的。食品安全已从中央到地方、各级政府都密切关注、层层布网、步步设防，对绿蔬、水果带有“身份证”，豆芽、食用油均有信息跟踪，实施基地监管，对那些不法商贩严格整治，杜绝货源，实实在在为百姓餐桌安全努力着。

同时也提醒在座的每一位，要从日常生活中注意食品安全，关心食品安全，打一切政府与人们合力的清扫不安全食品的战斗，把每一个隐藏不安全食品的暗角都清除清扫，到那时就不需要“借我一双慧眼”，也能把这纷纷扰扰的食品看个清清楚楚、明明白白。同时也要提醒在座的每一位要远离“三无”食品，更不能轻信广告，要从自身做起，提高安全意识，让我们携起手来，共同抵制不法商贩，为我们能吃得健康、吃得安全而努力，不再谈“食”色变。

营养是人体生理发育、新陈代谢、日常行为不可或缺的能量，只有摄取吸收了适量的水、碳水化合物、脂肪、蛋白质、无机盐、维生素，人才能工作。营养的核心是合理配膳，平衡膳食，不能偏食，也不能厌食，要注重食品原料的多样化，促进营养综合吸收。所以说，《黄帝内经》上说：“五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充”。在营养合理的情况下，不能忽视卫生，无论是食物原料的挑拣、洗涤、切配、加工烹饪、装盘，都要严格。从感官系统、物理角度到化学检验，都要达到新鲜、光亮、爽嫩、弹性丰富，无异味和腐败变质现象。

我就不多叙，送大家十个“不”：衣不过暖、食不过饱、住不过奢、行不过富、劳不过累，逸不过安，喜不过欢，怒不可暴，名不过求，利不过贪。

雄关漫道真如铁，而今迈步从头越。民以食为天，食以安为先，是我们大家的愿想。我愿和大家一道，把好食品安全这道关。每天提供美味可口、营养合理的佳肴，让大家吃得放心，工作安心，生活舒心，让大家吃出健康，吃出美丽，吃出欢乐。

谢谢大家！

## 重庆美食演讲稿篇二

在我的家乡，有一种小吃叫鱼饼。它香甜美味，让人直流口水。

小店门口经常能看见排着长长队伍的人们，因为有很多烹饪方法，可早上最常见的就是油炸，听那噼啪作响的声音，把周围的人都吸引过去了，这样就导致我每次去吃都要排很长时间的队。虽然每次排队时间有点长，但看见拿到手里香酥的鱼饼我就馋的不行了，恨不得马上吃到嘴里。吃完后我就想为什么叫鱼饼呢？原来面皮里面的夹心是用新鲜的鱼肉做成的，吃起来是有淡淡的鱼香味，一点也不腥，并且口感爽滑，特别好吃。

小店的每一张桌子上都放有一瓶辣椒酱，这个才是吃鱼饼的小诀窍，因为辣椒酱放在鱼饼里，综合鱼饼的鱼香味，再带上一一点辣，会有通体舒畅感。我每次吃的虽然头、脸通红，但真的不吃会惦记这个口味。小店虽然不大，外边排队却是井然有序。大家非常自觉，我特别感叹老板的不易，除了味道正宗，还有就是来吃的人规矩排队。

傍晚在最后一个顾客走了之后，店里的人会稍事休息，然后又开始继续工作，这是为什么呢？原来是要为第二天出摊做好准备工作。

早睡早起迎接美好的第二天，为大家带来美味可口的鱼饼是

店里每一个人的心愿。

## 重庆美食演讲稿篇三

亲爱的同学们：

大家好！

我是你们的科学老师李老师。首先我想告诉大家最新的一项科学研究报告。

根据

中国

学生营养与健康促进会所做的“

中国

学龄儿童营养与健康状况调查报告”：目前我国中小學生中，糖尿病患者达59万人，空腹血糖受损者达70万人，血脂

异常

的孩子达563万人，有高血压的孩子达1790万人。

也就是说，每一百名少年儿童中，3人有代谢综合症、7人患高血压、2人血脂

异常

□

这些疾病一般都是中老年人容易患的慢性病，它不会造成传染，但是如果防治不及时，慢性病就会严重危害大脑、心脏、

肾脏等重要器官，不仅给自己带来身体的痛苦，而且医疗费用极其昂贵，会增加社会和家庭的经济负担。

为什么这些慢性病会越来越多的出现在中小学生中呢？这是值得我们每个人思考的问题。为了唤醒大家的健康意识，培养良好的健康观念，学校决定于本周开展首届“校园健康美食节”。

“校园健康美食节”共安排三项活动：

一、“为爸爸妈妈做一道健康食品”从小到大，一直都是爸爸妈妈在关心我们的身体健康，怎么搭配孩子才喜欢吃饭呢？自己家孩子是不是缺了什么？是不是要补点什么？爸爸妈妈们总是把你们的健康看得比自己都重要，而他们自己的健康却总是因为工作忙，家务重等等原因而被抛在脑后。现在我们四五六年纪的孩子已经长大了，懂事了，那么也要学会关心爸爸妈妈的身体健康了，所以我们特别要求四五六年纪的孩子们都来参加这个活动，“为爸爸妈妈做一道健康食品”并且把这一经历写成文章，参加评比，我们将择优评选出50位“爱心天使美食家”。

在购买的同时会根据食品的是否健康是否美味给予打分。得分最高的50位选手将获得“金牌健康美食家”荣誉称号。这项活动中同学们辛苦劳动所赚的所有钱将作为捐款捐往地震灾区，以表达大家的`爱心。还有一些要注意的事项，例如：不准使用一次性餐具，自己准备零钱等细节请大家认真阅读班主任手中的活动

方案

□

三、听“健康讲座“，将在星期五午自习时进行。活动就介绍到这里，希

望大家

（特别是四五六年纪的孩子）在这一周时间内做好充分的准备，到星期五那一天，在给我们带来美食的同时，更带来健康的饮食理念，健康的生活方式。最后让我们预祝活动圆满成功，更祝愿大家都能远离疾病，健康茁壮的成长！

## 重庆美食演讲稿篇四

老师们，同学们：

早上好！

今天国旗下讲话的题目是“健康饮食，让我们更健康”。

5月20日是“中国学生营养日”！中国政府为了使学生营养宣传工作更加广泛、深入、持久地开展下去，促进学生营养宣传工作的制度化，所以，决定将每年的5月20日定为“中国学生营养日”。

我们都知道小学时期是生长发育的关键阶段，可是很多同学都有挑食、偏食、贪食、好吃的坏习惯。很多同学不懂得珍惜自己的健康，不懂得为自己的健康负责。从今天起，我希望各位同学能够开始注意自己的这些坏习惯。

1、我们要养成不挑食，不偏食的习惯。在日常生活中要吃各种粮食，水果，蔬菜，鱼肉，蛋，奶等。你一旦有偏食，挑食的习惯了，就容易引起营养失调，抗病能力低下，身体发育不良，影响我们的健康。比如多吃糖容易引起胃病，皮肤病；多吃肉容易导致动脉粥样硬化，冠心病；偏食盐容易使血压升高等等。合理营养对我们的健康成长及学习有着很重要的意义。按营养学要求，青少年一日的膳食应该有主食、副食，有荤、有素，尽量做到多样化。合理的主食，应吃米饭及面粉制品（如面条、馒头、包子、饺子、馄饨等）。早餐除

吃面粉类点心外，还要坚持饮牛奶或豆浆。

2、养成吃早餐的良好习惯特别要注意的是要吃好早餐。上午紧张的学习和活动，要求早餐必须含有充足的热量。有些学生早晨匆匆忙忙凑合着吃一点就赶去上学，上了两节课，肚子就空了(有的同学把中午带来的饭都吃光了，中午就没得吃了)。等到第三、四节课有的同学就出现精神不振、注意力不集中等现象，影响正常的学习。因此，早餐要特别予以重视，应占一天总热量的1/3，可增加一些营养丰富的鸡蛋、牛奶、花生、大豆等，以保证同学们能精力充沛地学习。青少年时期是智力投资和体质投资的黄金时代，只有不误“天时”，才能生长发育完好、体质健壮、思维敏捷、健康成长。

3、在吃饭时要细嚼慢咽。吃饭时千万不要太快，尤其是年龄小的孩子，更应该把食物嚼得细一些，因为多嚼有利于提高食物的消化率和保护肠胃。学校里，有些同学4、5分钟就结束进餐。这样的习惯是非常不好的!这样，长久时间下来，会非常容易引起胃病!

4、营养饮食还有一个重点是不吃不洁食品。

在每天上学、放学的时候，很多同学都会到学校外面的露天小摊贩那儿或商店买吃的。我们要知道，很多食品成分都十分复杂，经过日晒，光化，发热分解，会引起内部变化而变质。特别是到了夏天，食用露天销售的食品，同学们就更容易吃到一些变质腐坏的食品了。

同学们，关注食品安全，学习营养搭配，平衡膳食，应该和我们学习基础知识一样重要，让我们选择科学的生活方式，养成良好的饮食习惯，在健康、营养、快乐的生活下茁壮成长!

谢谢大家!

# 重庆美食演讲稿篇五

大家好！

在喜迎建国\_\_周年大庆之际，又迎来我们湘菜盛典——第四届中国湘菜美食文化节隆重启幕，这是我们湘菜行业的一大喜事！

受湘菜美食文化节组委会邀请，很荣幸又回到家乡参加今天的盛会，借此机会，我谨代表北京湘菜协会，北京所有的湘菜工作者，热烈祝贺第四届中国湘菜美食文化节隆重开幕！

感谢家乡的领导和各界朋友对北京湘菜产业发展的关注与支持！

北京的湘菜源于湖南，受益于湖南，湘菜的根在湖南，挑担茶叶上北京，唱响了主席故乡情。高端湘菜冲刺京城，拉近了湖南与北京的距离。湘菜是湘人的骄傲，是湖湘文化的重要载体。辣椒文化突出了湖南人的霸气，色，香，味，型，更体现了湘人的艺术，湘菜与其他菜系的和谐融合表现了湖南人的友善和包容。近年来，在北京湘菜越来越受人欢迎，与各大菜系的演艺也越来越精彩，湘菜粤做，粤菜湘吃，粤吃越湘。这几年在北京大，小湘菜酒楼已发展了近几千家，安排湖南人在京就业数万人之多，对拉动湖南农副产品生产与输出作出了巨大贡献。湘菜产业链型成了一条致富之路！

我们北京湘菜协会为了落实省委，省政府民富强省的宏伟目标，积极响应和支持历届中国湘菜美食文化节活动，并配合湘菜美食文化节开展了诸多活动，湘菜企业也通过湘菜美食文化节的影响大大提高了企业自身的经济效益和社会效益。湘菜美食文化节的成功举办，不仅是弘扬湘菜美食，传播湖湘文化，也是在宣传吃的艺术，打造艺术的吃，提升了湘菜的规模，档次和品牌效应。推动了湘菜产业链的发展等。为实现“弯道超车”民富强省，推波逐浪，为湖南的经济建设

作出特殊贡献!我们北京湘菜协会将引领北京的湘菜企业一如既往的支持和参与第四届中国湘菜美食文化节。我们将动员大家积极参与消费券大派送活动,用实际活动来支持湘菜美食文化节的圆满成功举办,把握历史机遇,积极参与到中国湘菜美食文化节中,把美食文化节的资源优势转化为品牌优势,效益优势,产业优势,积极投入到民富强省的洪流之中。为推动湘菜事业的发展促进湖南的经济建设作出努力和贡献!

最后,祝我们伟大的祖国繁荣昌盛,祝大家身体健康,中秋节快乐,祝第四届中国美食文化节取得圆满成功!

## 重庆美食演讲稿篇六

俗话说的好:“民以食为天。”咱们河南小吃是极为丰富的,有逍遥镇的胡辣汤、郑州烩面、开封灌汤包、灵宝肉夹馍、洛阳羊肉汤等。

说起“吃”,我可烦恼了,我可是一只小馋猫,也是一个“小吃货”,我喜欢的美食很多,比如:牛排、沙拉、可乐鸡翅、汉堡……可我最喜欢的就是爸爸做的红烧肉哦。

爸爸做的红烧肉非常特别。在外边吃的红烧肉都非常油腻,而爸爸做的红烧肉,吃到嘴里入口即化还不油腻,好像吃了一口棉花糖似的,软软的,香香的,甜甜的。

每次爸爸做红烧肉的时候,我总是第一个抢着吃,全家都说我真是一只小馋猫。所有人吃到爸爸做的红烧肉都会竖起大拇指,赞不绝口。爸爸做的红烧肉可真是色香味俱全的美味佳肴呀。

暑假的一天,我突然想学做红烧肉了,就请爸爸帮忙。我和爸爸先去买五花肉,然后把肉和菜清洗干净,再开火倒入少量的橄榄油,放入一把冰糖,等到冰糖全部融化变成深褐色时,放入切好的五花肉迅速翻炒,让肉上都挂上红红的糖色,

一块块肉立马变的晶莹剔透非常诱人，然后倒入适量开水，再放入葱、姜、蒜等调味料，开大火烧开后改小火慢炖三十分钟，香喷喷的红烧肉就做好了，然后放入盘子里撒上香菜滴上几滴香油就可以上桌了。

我把爸爸的手艺学会了，但是做的红烧肉跟爸爸的比可差的远呢，我做的油太多了，也太肥，难吃极了。

我爸爸做饭可是有秘诀的，不瞒你们说，我爸爸做的每道菜为什么都那么香呢，就是因为爸爸放了香油，这就是爸爸做菜的秘诀。

我爸爸会在闲暇时做各种各样的美食给我们吃，爸爸做的菜可都会用他的小秘诀哦。在我心里爸爸做的红烧肉是独一无二的，我超级喜欢爸爸做的红烧肉。

## 重庆美食演讲稿篇七

走在街上，一阵沁人心脾的火锅香气总会扑面而来，逐步地浸透我的心灵。每当此时，我肚子裡的馋虫总会不由自主地开始蠕动、翻滚。那么今天，我就为大家做一次“火锅小向导”，与大家一起来鉴赏火锅的美味吧！

在吃之前呢，我们先来了解一下火锅的起源吧：据说，火锅起源于古时重庆码头，火锅就是那儿街边下力的人吃的、廉价实惠的、街头大众饮食摊上的“水八块”。“水八块”全是牛的下杂（毛肚、肝腰和牛血旺），生切成薄片摆在几个菜品不同的碟子里，在食摊泥炉上砂锅里煮起麻辣牛油的卤汁，食者自备酒水，自选一格，站在摊前，拈起碟里的生片，且烫且吃，吃后按空碟子计价，价格低廉，经济实惠，吃得方便热络，所以受到码头力夫、贩夫走卒和城市贫民的欢迎。

听完了介绍，你应该对重庆火锅产生了小小兴趣了吧？现在又来看看现代火锅是怎样的。如今，已出现了全牛锅、全羊

锅、全狗锅……真是数不胜数。但火锅最突出的三个特点，就是麻、辣、烫。其中“辣”是火锅最突出的一个特点，所有吃过火锅的人都是应该可以感受到它辣的威力有多大，真是“苦”不堪言。就算是八瓶矿泉水也不能解你的“燃眉之急”，可谓是“辣死人不偿命”！虽然“辣”位居“三味”之首，但“烫”也不甘示弱的。望着“咆哮”的“江水”，你是否会望而生畏呢？将一口菜放进嘴里，真是像一块烧红了的铁球一样在嘴巴里翻滚，不断地刺激着我们的神经……老三“麻”也不是“吃素”的，依然在火锅中有着非同一般的地位。当你吃下菜时，更不得了！火锅“三兄弟”斗志昂扬地向你舌头发起猛烈的攻击，让你的舌头“弹跳不止”。但与此同时，你也会觉得越吃越好吃，越吃越想吃，慢慢地便会体会到吃火锅的乐趣。

据了解，《重庆火锅地图》上可以看到，它收集了2600家火锅店，不管是本地人还是外来客，都可以寻找到自己中意的火锅店。

亲爱的朋友们，本次“旅行”到此结束，祝你们吃得“巴适”！

## 重庆美食演讲稿篇八

一次偶然的的机会，老爸从超市买回来一袋“重庆怪味胡豆”，乍一看这种食品的名称，我就对“怪味”这两个字产生了强烈的好奇心：什么样的味道才是怪味呢？为了尽快得到答案，我便迫不及待地打开包装袋，飞快地拿了一颗放在嘴里细细地品尝，味道果然不同凡响。从此我就迷上了这种味道特别的风味食品。

胡豆也叫蚕豆，是重庆的特产。

重庆怪味胡豆具有特有的工艺、独有的风味，集麻、辣、甜、咸、酥为一体，堪称一绝。它颗粒壮似桑椹，色泽滋润，香

甜酥鲜美奇特，麻辣咸舒适爽口，品尝时除直观感外，还有美妙的想像之味。奇趣多多又相得益彰，因此得名怪味。

重庆怪味胡豆还有健脾开胃调理，学生膳食，夏季养生调理，便秘调理，清热解毒调理，益智补脑调理等功效，还荣获“99重庆市最佳食品品牌”、“98中国食品工业协会推荐品牌”、1996年中国国际食品博览会“国际品牌精品”、1995年中国·成都国际食品精品，食品机械包装设备博览会暨。

怪味胡豆的制作流程非常精细——把鲜蚕豆去皮、摘芽、洗净，煮熟后捞起，控干水分，用植物油加盐、料酒炒几下蚕豆，再加入糖、辣椒面，再炒几下，最后放入味精、花椒粉、香油，炒匀后一盘重庆怪味胡豆便闪亮登场了。

怎么样，听了我的介绍，心动了吧！快去买一袋尝尝吧！

## 重庆美食演讲稿篇九

昨天，我和外公弟弟等全家人去马家山广场参观首届旅游美食节展览那里人山人海，煦煦攘攘，来自全国各省市自治区的饮食代表队，在那里现场表演小吃参展和旅游商品展销，还有旅游图片宣传展览。

首先，我们目不转睛看旅游图片展览，知道我们国家有很多美丽的旅游景点，如安徽黄山、福建武夷山、北京长城、上海黄浦江、浙江西湖……我们抚州自然风光优美秀丽、有红色革命圣地广昌、乐安、南丰宗教文化圣地麻姑山，抚州金山寺、正觉寺，南丰读书岩……享誉国内外。

接着，我们观看了旅游商品。有吃的食品、用的瓷器装饰品、还有纪念品各式各样，看得我眼花缭乱。走着走着，一阵阵美食香味扑鼻而来，呀！是美食小吃部发出来的。坐在小吃部三五成群的人们摇头晃脑吃得津津有味，我们一家也加入

吃食行列，来了一盘狗不理包子，香喷喷的、油油的，吃了还想吃，回味无穷。我们还看见香香的甜甜的天津麻花，新疆羊肉串、云南过桥米粉、再加上临川牛杂、煮米粉肉、炒藕丝、麦鸡、水豆腐四大小吃特产，真是一饱口福，大大饱眼福。

我真希望这样特色风味小吃美食节经常召开，弘扬抚州美食文化，让我们抚州美食走向全国，冲出世界。

## 重庆美食演讲稿篇十

坐落在汉口闹市区的老通城酒楼，以特有的传统风味小吃豆皮而享誉国内。迄今，许多高级政府官员、首脑人物都品尝过。豆皮以糯米、鸡蛋、鲜肉丁、鲜虾仁等为主要原料，做成一厘米厚、小块见方的式样。用油煎好，盛于盘中。吃起来外皮香脆内里酥软，美味可口，油而不腻。国内仅武汉独有。

而湖北最有名气的美食，便是云梦鱼面。云梦鱼面生产于古泽云梦，始产于清道光年间，历史悠久。云梦鱼面选用“白鹤分流”之鱼，桂花潭中之水，新麦上等面粉及芝麻香油等为主要原料，白如银、细如丝，故又称“银丝鱼面”。云梦鱼面营养丰富，风味独到，鲜美可口。1915年，云梦鱼面在巴拿马万国博览会参加特产比赛获优质银牌奖，畅销全国及国际市场。

湖北还有许许多多的美食小吃：沙湖盐蛋、咸宁桂花茶、桂花糖果、桂花糕、风味鸭脖、热拌面……湖北的美食小吃琳琅满目，真不愧是“美食之城”呀！

在20xx年的元旦，厚街镇富民商业步行街举行了厚街镇首届美食节。

一位做马蹄糕的阿姨向我们介绍了马蹄糕的做法：第一步：

把马蹄去皮洗干净并切成小粒。第二步：把水和糖以10：9放进锅里，煮成浓的糖水，再用水和马蹄粉以重量2：1混合成生浆糊。第三步：倒生浆糊到糖水里，边倒边搅均匀，做成半生半熟浆糊。第四步：把马蹄粒倒进半生半熟浆糊，并搅均匀，然后用盆装好，大火蒸三十分钟即可。

在谈到举办美食节的意义时，镇教办王剑雄主任说：“我很赞同举办美食节，这样可以让更多人了解厚街的美食，有利于保留厚街的传统美食，也利于发扬厚街传统的文化，在生产、制作这些美食的传统工艺过程中，也体现了厚街劳动人民的智慧才干，同时希望年轻一代能继续发扬厚街人民的优良传统美德，为厚街乃至全国的建设贡献自己的力量。”

是的，举办美食节，既能保留传统的美食，又能发扬传统的文化！让我们共同努力吧！把厚街建设得更美好！

俗话说“民以食为天”，几乎每个地方都有自己的特色美食。今天，我就向大家介绍一道我们家乡的美食——开封灌汤包。

开封灌汤包原为宋朝皇家御用美食，流传至今已有百年历史，它风味独特，是开封著名的美食之一。开封灌汤包不仅味道鲜美，而且制作方法也很简单。首先，将猪肉绞成馅，放入盆内，再加入酱油、料酒、姜末、味精、盐搅拌。接下来和面，将面揉的不软不硬，光滑不粘手。然后，待面发开后，切成一个个的面剂，开始擀皮。擀皮是很有讲究的，擀好的面皮周围要薄一些，中间略厚一点。这样，汤包既能皮薄如纸，又不会破馅。万事具备，就开始包包子了！这一步很关键，不仅要掌握好肉馅的比例，而且还要在包包子里加入些已经冻好的肉冻。正宗的开封灌汤包的包子皮上要捏制30道褶皱，并且要求纤巧匀称。搁在白瓷盘上看，就像一朵朵丰满圆润、千瓣紧裹、含苞欲开的白菊。最后一步，就是上笼蒸制了，蒸大约10分钟就可以出锅了！

蒸熟的汤包端上来，热气腾腾，雪白晶亮。抬箸夹起来，饱

满的像盏小灯笼，隐约可见里面汤汁摇动。有一种吹弹就破的柔滑，不要说吃了，看着就是一种美的享受。对着一个个晶亮剔透的汤包，你可千万不要急着下口，否则热热浓浓的汤汁可要溅你一身。正确的方法是轻轻提起汤包上面的折皱、细细地咬上一小口，拌着扑鼻香味，徐徐地吸吮粉红色的汤汁，顿觉唇齿留香。这时，你再慢慢的品尝汤包，浓香的肉馅配上筋道的包皮，令你食欲大增。开封灌汤包不仅营养高，而且脂肪含量低，健康不发胖！