

为有缘人服务便是一种幸福

2025-3-25



德清吴老师一行6人专程来桐乡，吃了“和菜”之后

写了下文：

“能量大餐——和菜的魅力”

温总（指温师兄）今天下午用了三个多小时精心准备食材，共做了十道和菜，每道菜传上去，大家都说很好吃，很快就光盘了。

吃了几道菜后，大家的气色都已红润起来了，姚局说：‘不用别人说，他自己就明显感觉到自己的气色好起来了’。

吃完和菜，大家走的时候，每人都是能量充足、气色红润、身心愉悦，姚局还说以后有时间的话，最好每周都能来吃一次和菜……”

感恩乐素餐厅给我机会在这里工作，看到顾客身心愉悦、满载健康而归，自感能为有缘众生服务，是一件很有意义的事情！

中国学子：温源

2025.2.25.

-

乐素餐厅和菜的魅力

3月8日，苏州一行12人相约来桐乡乐素餐厅品尝和菜。

温师兄精心准备食材，共做了12道能量大餐：补脾益气汁、香香茶叶蛋与香香五香干、糯米大枣团子、果蔬营养汇集汤、补气蛋酒、萝卜酱贝、茄艳菇香、马兰汤、酱香窝窝头、红烧油面筋、红薯煎饼、回春汁。

每一道和菜传上来，大家都说很好吃，很快就光盘了，大约吃了有五、六道菜时，大家高兴地说：能感觉到自己的身体气血畅通，面色红润起来了……。吃完最后一道：回春汁，每人都是红光满面，能量充沛，腿脚走起路来都轻松了，自感年轻了好几岁。

有几位客人在吃饭前和吃饭后拍照，对比后说：看着照片上红润白净、尽显年轻态的自己，真是不敢相信，吃和菜前后的对比竟然这么明显，真是太神奇了！还有客人说：乐素餐厅用这么简单的食材，做出这么色香味俱全的高能量和菜，吃下去身心轻松愉悦，满载健康而归，感觉是一件很幸福的事情！

在乐素餐厅工作，看到顾客在这里吃得开心、吃得放心，吃出幸福感，身心愉悦、满载健康而归，自己也感觉很开心很幸福！

中国学子：刘爱娟

2025.03.09

-

回国探亲访乌镇

乐素餐厅享仙品

回国休假，陪父亲到乌镇小住，直奔心仪已久的乐素餐厅。

餐厅不大，里面已坐有每日必来吃神仙汤面的几位女士。当餐厅工作人员把一大碗热气腾腾、香味扑鼻的神仙汤面端到我们的面前，顿觉此面与众不同。这是一碗由二十几样蔬菜菌菇熬制几小时而成的汤面，味道鲜美，面条清爽筋道。当面条裹着汤汁滑入口中，唇齿留香；进入胃中，瞬间暖了胃也暖了心；然后背上开始出汗，脸蛋也红润起来。一路的风尘仆仆，转眼皮肤变得透亮起来 排毒养颜，立竿见影！

随后几天，我们早中晚餐都锚定在乐素餐厅。包子、饺子、米粉、水果羹，品种多样，个个都鲜香味美，让人垂涎不已。餐厅更是温馨安宁，工作人员热情周到，让人感受到宾至如归。真心希望自己能够在乌镇住的时间更长一点，也希望下次能再到乐素餐厅来吃这神仙汤面。

此面只应天上有，人间能得几回食！

后记：

这是我在《大众点评》app上对乐素餐厅的评价。

由于篇幅等限制，没有展开写。

我爸爸说：应该再加上餐厅的氛围，大家坐在桌上相互交流心得的场景。

澳洲学子：贝琳达

2025.3.1

和菜——带来全方位的能量充饥

2025-3-14

南宁乐素餐厅春节放假23天，对于会员们来说，没有神仙汤面的这个假期有点长，好不容易盼到正月初十八营业。

当天，会员们互相间都发现，20多天没有乐素餐厅的能量餐饮补充，每个人都有明显的变化，最显著的就是脸部松弛了，眼皮搭下来了，脸色有疲态。连着吃了几天神仙汤面，放假前的状态基本又回来了，而且会员们发现，喝了陈皮橙汁汤，皮肤明显变白了，所以女性会员每天都要喝一碗陈皮橙汁汤。



昨天，乐素餐厅又推出新品：“和菜”，是由十道色香味俱全的能量菜品组成的能量盛宴。昨天尝鲜的会员们说，和菜让大家眼前一亮，带来了视觉、听觉、味觉上全方位的能量冲饥。请看大家对每道菜的开心分享：

补脾益气汤：九重过滤后的奶白液体，非常细腻润滑，淡淡的豆子、花生味更令口齿留香，喝后感觉后背发热发痒，喝完后真想把碗底都舔干净！

蔬菜营养汇集汤之一：太香了！胡萝卜、南瓜、菜头、洋葱、土豆等多种蔬菜的香味聚集在一起，层次丰富，香气扑鼻，只闻到味道大家的脚都麻了，享用后后背更热了。

糯米大枣团子：这个摆盘太赞了！圆润的红枣伴着雪白的糯米，手拉手围在盘中，就象民族大团结一样，令人赏心悦目。夹一个送到嘴里，红枣的甜香和着糯米的软糯，瞬间满足感充满口腔，吃后感觉双腿发麻。

香香茶叶蛋：一股茶香飘来，闻到这味道上半身就开始发热，脚发麻。蛋白是香嫩的，蛋黄是粉糯的，一点不像我们平时吃蛋黄有噎着感。

韭菜鸡蛋煎饼：浓浓韭菜香和着养生油的油香，香味馥郁，吃后脚心有针刺感，脚开始热起来，直到全身发热。

马兰开心汤：这汤是清甜的，好神奇！念诵口诀后喝下，大腿发麻，全身一阵轻松，寒气病气跑了，头脑开始灵光了。

红烧油面筋：从没见过拳头那么大的油面筋，里面是香滑松软的鸡蛋，配上西红柿等的汤汁，吃了一个还要再吃一个。

酱香窝窝头：五颜六色的窝窝头围成圈守护着中间的酱菜，梅菜有了灵魂酱汁的守护，能量倍强。

古人回春汤：琥珀色的琼浆，酸酸甜甜的口感，喝完两脚踝发麻，两腋下发热，后背更热，头也热起来。

红薯煎饼：真是让人惊艳的一道菜啊！它是金黄色的薄片，边缘是脆香的，中间是软糯的，吃起来有一股蟹黄的甜香味。大家吃了一片，厚着脸皮问“还可以再吃一片吗？”得到主厨肯定的答复后高兴得象小孩。

和菜中每一道菜的香味都不一样，真是让人叹为观止！一位00后小姑娘说享用和菜时，感觉到一股很强的气感从额头麻到脚下；有会员说实在太好吃了，只顾着像猪八戒吃人参果一样吃，想不起来味道了，总之就是好吃，能量强；90后小姑娘脸上的苹果肌鲜艳饱满得象要绽开一样，喝马兰开心汤有寒气从膝盖排出，连声赞叹和菜味道很纯；顾师姐的两只耳朵红到耳朵根了；大家的脸都红通通的，白里透红，像喝了酒一样，脸部都明显提升了……

在厨房里一直忙碌、饿着肚子为大家服务的主厨，当她做完菜走出来时，大家发现她更年轻了，像20来岁的大姑娘！她还没有来得及吃和菜，但她的效应最是明显，果然是付出者最富有！

这时，桐乡店的分享发来了，听到他们绘声绘色的分享时，大家的眼前象开启了视频回放一样，又“吃”了一次和菜，开心极了。大家都说，这分享写得太生动了！我们文笔有限，写不出那么灵动和美丽的文字，我们只能大声赞叹：太好吃了！太幸福了！

第二天，大家纷纷说“吃了和菜，晚上睡眠很好，一觉睡到天亮。”还有会员说“全身轻松，精神好。以前睡觉不容易暖和，吃了和菜，整晚睡觉都暖和，不需要热水袋了。”

撰稿人：中国学子李圆圆

2025[2]26

一生难遇的高品质素餐

2025-3-14

2025年2月27日晚，我从河南平顶山到达桐乡，与当地的几位会员一起来到桐乡为民路乐素餐厅，走近大门就看到红色美伦的门头为之一震，简洁大方又不失精致养眼；进入店内，那孔雀蓝色的靠椅与淡黄白色的墙体，整齐视野让心灵都静了下来；墙上的宣传画也活灵活现，面对彭祖的大幅画像崇敬之心由然而升，每位园友都不同程度感受到画下坐席的气感缭绕；上至二楼设计合理巧妙，处处都流露出乐素文化的底蕴品味；御膳房如神秘般轻轻遮挡……大家已经很舒服惬意地迫不及待地等待今晚的御膳“和菜”了。



第一道补脾益气汤，下肚后胃部特别温暖，香味怡人，食欲瞬间打开；

第二道香香茶叶蛋，口味恬淡适中，香味直击深处，蛋黄吃起来糯而不噎，细滑入味；

第三道香香豆腐干，味道如肉质浓香，一上来就解了馋；

第四道糯米大枣团子，一入口甜味适中，很好消化的糯米，不粘牙软硬刚好，咸后甘来，很舒服，马上给自己拍照和餐饮前对比发现脸部已经在提升；

第五道果蔬营养汇集汤，一股食素后喝浓浓的营养汤，没有香菇的蔬食汤喝出了比鸡汤都鲜美的浓郁香味，随着汤品几汤匙下肚，浑身都发出蒸腾般的热气，微微冒汗，舒服愉悦，仿佛每一个细胞都在欢笑，每上一道菜，全场都发出“哇，太好吃了”，品尝得不亦乐乎；

第六道女人补气蛋酒，没有一滴水的补气蛋酒，似有股淡淡的中药味浸透全身，鸡蛋的烹饪营养美味佳肴提升到高度让人乐不思蜀；

第七道茄艳菇香，味蕾发生转变，鲜咸香而不腻，油香菜超感到来；

第八道马兰汤，青青白白一点盐都没有的马兰汤，反而达到食欲的高潮，大家高兴地一遍遍反复吟唱“马兰汤歌诀”，入口后如同行走在干枯沙漠上遇到一股清泉，身心灵彻底的涤荡了一遍；

第九道酱香窝窝头，重新启程的身体又遇到浓浓酱香，窝窝头虽小，每一口都筋道到位，仿佛刚开始正式用餐似的，吃到这里胃不撑，越吃越想吃；

第十道红烧油面筋，配着甜酸的西红柿番茄汁，油面筋又迸发出浓香耐嚼的口感，给人一种浓妆淡抹总相宜的感受；

第十一道鸡蛋韭菜饼，又一种不同口味营养的鸡蛋做法，咸香味满足了食欲饱腹感；

第十二道古人回春汤，最后的高潮压轴菜，也是不可思议的感受，品饮之后，所有人都发现脸部色泽更加红润、白净，脸部提升明显，在场的都不同程度地感受到了。

大家美不胜收，激动地唱起了《感恩歌》，依依不舍，都说这么高品质的素餐一生都难遇！还有后效应日后再分享，期待下次品尝乐素餐饮——和菜。

中国学子:李丽萍

2025□03□01

一次难忘的养生美食之旅

2025-3-3

新年伊始农历正月廿二，人们依然沉浸在中国年的节日氛围之中，许师兄召集了杭州的部分园友，组织了一次乌镇、桐乡养生美食之旅。

因为天气预报有雨，为此许师兄特意提醒大家带上雨具，但一天下来，天气晴朗，路上也是顺风顺水，这样的现象在凤凰园也实属正常。

早上9:30我们一行11人从杭州出发，约11:00左右陆续到达乌镇乐素餐厅，熟悉的古镇、熟悉的面馆、熟悉的面容让我们感到格外亲切。

见我们到来，刘师兄及几位在厨房里的师姐立即开始忙碌起来，没过多久便端来了热气腾腾的神仙汤面。熟悉的美味“扑面而来”，值得一提的是，这次店里还加了两款新品：能量蛋和能量拌饭。神仙汤面鲜香味美，能量蛋软糯Q弹，平时不爱面食的我这次一口气吃完了一大碗面和两个蛋，引得众人啧啧称奇，吃完虽然饱腹感满满，却依然感觉意犹未尽.....

下午4:00我们离开乌镇，来到了桐乡乐素餐厅。这是一家上下两层的新店，装修简洁大气，室内明亮整洁。

图片的宣传营造了良好的传统养生文化氛围。这里的餐食菜品相对比较丰富，晚上我们吃的是和菜，当一道道精心制作的菜品上来的时候，刷新了我们对于蔬食的认知。

清肺汁鲜香丝滑，糯米红枣团子软糯香甜，韭菜鸡蛋饼清脆爽口，酱香窝窝头、茄艳菇香和香香茶叶蛋名副其实，还有红烧面筋、美味马兰汤、高能低卡丸、香煎红薯饼、营养蔬菜汤等等，每道菜都是精心制作、能量满满。喝完最后一道美味回春汤，只见我们个个红光满面神采飞扬，大家发自内心的为这场美食盛宴啧啧称赞。

古法养生餐，源自彭祖先师厨艺，凝聚着中华传统文化的智慧，蕴含着巨大的能量，同时也饱含着天厨的热情和心血。如果说乌镇乐素餐厅是老友重逢，那么桐乡乐素餐厅就是新友相识。感恩让我们在品尝美食的同时收获能量和健康。

中国学子：孔滢
2025□2□21

素食行——
古韵中的温暖相聚

2025年2月20日（乙巳年正月廿二），新年首旅，我与杭州十多位园友穿梭于乌镇与桐乡，一日之内，邂逅两场难忘的素食之约。

中午，乌镇的乐素餐厅里，一碗神仙汤面搭配新品荷包蛋，美味落肚，旅途疲惫瞬间消散。下午，踏入桐乡新店，御膳房旁彭祖画像古韵悠然，店内布置简约温馨，养生氛围浓厚。

晚餐时分，大伙满怀期待，盼着一道道美味上桌。这时候不得不提到莎师姐，她忙前忙后从食材准备到各类菜品上桌事事操心，每一个细节里都藏着师姐对大家的关怀。温师兄与两位师姐全力协助，师兄师姐们的热忱令人暖心。

菜品之中，打头阵的清肺汁清润爽口，一入口，呼吸都畅快许多，奠定美味开篇；香香茶叶蛋、茄艳菇香、糯米红枣团子、蔬菜营养汤、低卡丸、酱香窝窝头、香煎红薯饼、红烧面筋、韭菜鸡蛋饼等各展风姿，甜香、清香、麦香各种天香相互交织，带来一场味觉狂欢。而马兰汤最为特别，饭前围坐吟诵“马兰花马兰花，风吹雨打都不怕，今天喝上马兰汤，全身病气跑光光”，饮下后，双小腿突感冰凉，而后慢慢凉意排除体外，浊邪不在停留。

压阵的回春汤堪称点睛之笔，一碗入腹，活力四溢，青春之感与温润气色重回自身。神奇！大家都红光满面，精神焕发。

这一天，美食暖胃，能量满溢，情谊暖心，感恩相遇！盼再续素食之约。

中国学子：钱前
2025□02□20