

# 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