

免费领杂粮 熬出醇香腊八粥

□本刊记者 景庆霞

腊八节将至,在腊八节里喝腊八粥是传统习俗,在更加注重养生、健康的今天,一碗腊八粥已不仅仅是家人之间爱的传达,更是彼此之间的健康祝福。近日,河南华裕黑色作物科技开发有限公司联合本刊为读者免费发放已经配备好的黑杂粮。在即将到来的腊八节里,为家人熬制一锅健康的腊八粥吧。

为家人熬制一锅健康粥

腊八粥由多种食材熬制而成,喝腊八粥,有的说是为了纪念精忠报国的岳飞,有的说是为了庆祝丰收,有的说是为了教育后人勤俭持家……不论哪一种说法,腊八节这一天人们都要喝上一碗腊八粥。

家住洛龙区的郑女士说,往年腊八节只是匆忙地在超市买上一箱罐装粥或者在街头买一份腊八粥应景而已,“很

少有时间做,女儿今年已经7岁了,但对大部分杂粮都叫不上名字”。郑女士的同事赵女士也深有感触,她说,平常工作繁忙,很少有时间为家人熬醇香、健康的粥,“但不管再忙,腊八节这一天一定要喝粥,这是文化,也是我们要传承的风俗。”郑女士说。

家住西工区的王女士说,她知道杂粮对人体有益,但对杂粮怎么搭配更健康一

无所知,“每次逛超市,我都是随意买,红豆抓一把,黑米来两勺,熬粥时就随便放一些,对杂粮搭配是否合理并不清楚”。

今年,河南华裕黑色作物科技开发有限公司与本刊联合推出免费领杂粮活动,河南华裕旗下的“天下黑点”的员工根据秘方精选各种黑杂粮并配好送给读者,让读者少了采购和搭配的烦恼,您可以省心地为家人熬制一锅健康腊八粥。

营养黑杂粮,免费来领取

黑杂粮营养丰富,含有丰富的蛋白质、维生素和微量元素,如硒、锌、铜、镁等,对延缓人体衰老、降低血液黏稠度等有一定作用。同时,其丰富的抗氧化剂有利于清除体内自由基,增加肠胃蠕动,有益健康。河南华裕黑色作物科技开发有限公司是“天下黑点”商标的拥有者,主要生产黑杂粮。

“现在,人们的生活水平提高了,吃的

更加精细化,一日三餐都是白米白面或大鱼大肉,身体内的粗纤维缺乏,再加上上班族工作压力、上学族学习压力都非常大,平常缺乏锻炼,体质相对较弱。河南华裕生产的‘天下黑点’牌富硒黑玉米糝、黑小麦仁等无污染,能很好地补充黑杂粮的营养。”河南华裕的总经理马妍丽说。

2014年1月7日、8日,“天下黑点”的员工根据秘方精选各种杂粮并配好免费发放给读者,一共2000份,每天发放

1000份,发完为止。读者凭本版报纸免费领取,每人限领1份。

领取地点:1.涧西区珠江路店:珠江路辽宁路交叉口加油站向北20米路东天下黑粮店。2.新区古城路店:古城路奥体花城门口茗吟茶业店。

想领取健康的杂粮,为家人熬制一锅健康的腊八粥,赶紧珍藏好本版报纸,准备到时领取吧!



除了我们的❤️,该黑的全黑了

天下黑粮店

腊八免费领粥了!

领取细则:

2014年1月7日、8日,凭报纸在指定地点免费领取天下黑粮店秘制腊八粥一份(每人每份报纸限领一份,送完为止)。

领取地点:

1. 涧西区珠江路店 联系方式: 64628818
珠江路与辽宁路交叉口加油站向北20米路东天下黑粮店
2. 新区古城路店 联系方式: 62361876
洛阳新区古城路奥体花城门口茗吟茶业店

活动详情请见店内海报

黑花生 黑小麦 黑玉米 黑红薯 黑大豆 黑小豆 黑香米 绿小麦 黑芝麻 黑土豆 黑绿豆 黑甜菊 黑胡萝卜 紫包菜…… 黑色五谷杂粮