

壹/周/看/台

星期一 3月18日
《精彩记录》

《舌尖上的中国》中国的厨师个个都像魔术大师，能把“水火交攻”的把戏玩的炉火纯青。从煮到蒸再到炒，本质始终是水火关系的调控。该片通过讲述有关美食技艺的人物故事，一展中国人在厨房中的绝技。《寻味顺德》一方水土，一方食味。顺德人孜孜不倦地追求着味道的极致，他们可以发掘出鱼的上百种吃法，也能花费半年时间只为制作一道佳肴。在这里，无数美食都源于普通人的用心创造。

★苏州三套 3月18日-3月24日 20:00 播出

星期二 3月19日
《寰宇地理》

在浏览器大战中，微软使出“流氓”手段攻击网景，让网景措手不及。全球网需要增资。这时有的人想投资，但全球网又有点犹豫，不确定这个人他们的公司合不合。另一边，迈克尔·芬内在新创投公司的帮助下，用偷来的技术开了一家公司。在浏览器大战最新一波攻势中，微软在所有的 Windows 个人计算机中内置了 IE 浏览器，给网景带来沉重打击……

★苏州二套 3月18-19日 6:10 播出

星期三 3月20日
《人物》

一个学习并不很努力，过着快活日子的牛津大学划船队舵手，在他 21 岁时被诊断出“运动神经元病”，最多只有两三年的生命。面对死亡，霍金却给世人一个奇迹般的答案，这个离不开轮椅的天才，结婚生子，完成剑桥博士学业并成为剑桥大学教授和名满世界的科学家。霍金教授将带我们走进他自己的世界，他生前的生活日常，他幽默诙谐的性格，都让我们看到一个真实乐观有着想象力的科学巨人。

★央视十套 3月20日-22日 14:55 播出

星期四 3月21日
《国宝档案》

在 1958 年上映的电影《永不消逝的电波》中，中共地下党员李侠的一句遗言，感动了无数的观众。电影中的这位主人公在生活中是否有原型呢？那些扣人心弦的故事情节，究竟是真实的历史还是艺术虚构的呢？

★央视四套 3月21日 18:45 播出

星期五 3月22日
《最强大脑之燃烧吧大脑》

与以往不同，本季《最强大脑之燃烧吧大脑》不仅在赛制和竞技项目方面有很大升级，而且在嘉宾和选手方面也为观众准备了一个又一个惊喜。本季节目中，Dr.魏魏坤琳正式回归，从科学评审变身成脑力队长，和王峰、鲍橐形成三足鼎立之势，同时还有戚薇、韩雪、郭采洁三位女嘉宾的倾情加盟。三位女艺人将深度参与到节目进程中，如何处理和搭档的意见分歧，如何面对不可避免的队员淘汰，都将成为本季的新看点。

★江苏卫视 3月22日(每周五)21:10 播出

星期六 3月23日
《谍影重重 5》(美)

前特工尼奇黑进中情局网络窃取了秘密行动档案，并交给了伯恩(马特·达蒙饰)。自己现任主管杜威为了掩盖不光彩手段，下令全力追捕。实际上杜威就是一切罪恶的源头。他暗中调来杀手埃塞特，要在辩论会上杀人灭口，干掉卡鲁尔和海瑟·李。但没想到伯恩及时出现。到底谁是猎手，谁是猎物？究竟会鹿死谁手……影片保持了该系列的优良传统，激烈打斗场面几乎贯穿始终。此外，极速飙车的戏份儿也是一大亮点。

★央视六套 3月23日 22:08 播出

星期日 3月24日
《自然传奇》

红隼分布范围很广，非洲、古北界、印度及中国；越冬于菲律宾及东南亚。除干旱沙漠外遍及各地。是比利时的国鸟。堪称猛禽中的捕鼠高手。

★央视十套 3月24日 19:44 播出

谍影重重，刀尖纵舞
赵菲热血诠释女版“伪装者”
《刀尖舞者》

主演：赵菲、储小蕾、罗鸣、汪彪

时间：苏州一套 3月15日起每晚 19:30 二集播出

【看点】《刀尖舞者》是已故导演于立清的最后一部作品，由赵菲、储小蕾、罗鸣、汪彪等实力派演员出演。该剧区别于传统枪林弹雨、以男性视角为主的主流抗战剧，另辟蹊径讲述了一位女版“伪装者”白浪率领她的敢死小队，在重重危机中完成各种艰难任务的故事。1937年，日军攻陷南京，制造了“南京大屠杀”惨案。为实现“三个月亡华”的野心，日军进攻武汉。我军地下党员、国军中校古剑锋在执行刺杀冈村宁次的任务中牺牲。其妻白浪受组织委派，带队营救从南京逃到武汉的握有南京大屠杀影像资料的两个美国医生，经过与日军特务机关生死较量，圆满完成任务。白浪小队又先后接受了除掉日军驻武汉总司令并夺回国宝、粉碎日军与国民党投降派谈判阴谋、炸毁日军大规模杀伤性武器库、营救美军飞行员、勇闯日军 101 实验所等任务。白浪小分队团结抗日力量，与日军驻武汉特务机关展开了一次又一次的生死较量……



青年演员赵菲剧中挑大梁演女主角。此前她在《卫子夫》、《芈月传》等剧中的古装扮相深入人心，这次出演白浪是赵菲出道以来首次出演抗战剧，虽然让她倍感压力，但新的尝试也给赵菲带来了新鲜的体验。对赵菲来说，该剧的特殊之处除了剧情之外，就是女主角白浪变换莫测的身份。对外她是国民党少校，是敢死队队长，同时隐藏了她自己的真实身份，变幻莫测的角色转换也使剧情带有一丝悬疑的意味。剧中的白浪既能身着军装威风凛凛，也能一袭长裙风情万千，新鲜的剧情、多变的形象让赵菲觉得“足够过瘾”。

于立清是国内最擅长拍摄抗战剧的导演之一，素有“抗战剧教父”之称。执导过《黑玫瑰》、《喋血钱塘江》、《黎明破晓前》、《敢死队》等多部影视作品，荣获了包括飞天奖、金鹰奖、五个一工程奖等多项奖项。在早前的采访中，于立清表示，此次亲自当编剧是为了打造一部不雷人也好看的抗战剧。

新一代草根青年追梦故事
何晟铭颖儿勇敢追爱
《幸福的方向》

主演：何晟铭、颖儿、张嘉译、郑凯、穆婷婷

时间：安徽卫视 3月16日起每晚 19:30 二集播出

【看点】该剧由何晟铭、颖儿、张嘉译、郑凯、穆婷婷等领衔主演，还有梁天、郭达、王海燕、苑琼丹等演技派明星加盟。《幸福的方向》是以三个来自农村的新一代草根青年怀揣着梦想来到大城市追求幸福为主线展开的一系列故事。80年代，海州农民刘星河和弟弟刘星辰、村花郝一朵，三个人从贫困的农村来到省城海州。哥哥刘星河善良、好学，却把家中唯一念书的机会让给了弟弟。他为追随郝一朵一起踏入城市的大门。而一朵把她的婚礼聘金拿去投资，落入商业骗局当中，星河为救一朵却遇到苏子桐，子桐为感谢贵平之前救她，她将星河介绍到父亲单位工作，星河踏实的工作作风赢得了苏文勇的好感。而弟弟星辰一次又一次伤害星河，星河却不在意弟弟对自己所做的一切，他拼尽全力也要把弟弟拉回正道。而突发的脑瘤让星辰终于开始审视自己的人生，却在这时意外得知自己的身世



之谜，巨大的刺激让他脑瘤爆裂从此变得痴傻。而星河为了自己的梦想与子桐一起回农村，经过他们的共同努力，收获了事业与爱情……

凭借《宫》中“四爷”一角而迅速走红的何晟铭此次在《幸福的方向》中饰演的男主角“刘星河”，是位性格倔强不服输，从不计较回报；为了追随自己所爱而进入城市的新一代农村人。与何晟铭出演情侣档的是人气女星颖儿，她在《幸福的方向》中饰演的女主角“苏子桐”出身良好，尽管是位市长千金，却单纯善良、正义感十足。

该剧的另一大看点就是张嘉译携手妻子王海燕夫妻档在剧中出演颖儿的父母，依旧是夫妻档。张嘉译饰演的市长“苏文勇”，为人刚正、作风硬朗，对女儿“苏子桐”管教甚严。张嘉译的加盟也为该剧的品质，做了一个有力保证。

本周六开播

《窗花》

主演：姚芊羽、李健、李思博、张译木、黄晓娟

时间：苏州二套 3月16日—3月24日 19:42
播出 1-27 集

弱碱性的黑土种植出的珍珠米，真正的蟹田稻，前期推广，限量 1500 家享受

东北超级稻 1元1斤 每家限30斤

为响应《健康中国 2030 战略规划》关于“在我国建立食品安全推广体制”的号召。慈和军粮在全国 34 省选择 34 万家庭，推出“安全食品进家庭行动”。

行动将以“绿色补贴”的方式，以 1 元 1 斤的补贴价格，向每个家庭提供安全食品。本周推广的“东北超级稻(珍珠米)”，来自慈和军粮长白山生态种植农场。

超级稻是长白山特有的绿色粳稻米，每年只产一季，寒地黑土培育，靠稻田里的河蟹、青蛙的排泄物做肥料。超级稻做出的米饭，晶莹剔透，故又叫珍珠米，入口绵软、唇齿留香。

东北超级稻因产量稀缺，市场定价为：5.5 元 / 斤。前期，为了宣传苏州慈和军粮店面，长白山农场补贴千万，以“1 元 / 斤，每家每月 10 斤，共限购 30 斤”的政策，向 1500 个苏州家庭供应。优先照顾 50 岁以上的离退休老人。

【特别承诺】1 元 1 斤，没有任何其他费用，欢迎投诉监督！因数量不多，前期已享受过 1 元 1 斤的市民勿重复领取，将采用实名申领。

请市民今明天致电 0152-83837964
83837971 申购，申购结束，恢复原价。(申购时间：8:30-17:00，周末不休) (广告)