



冬日美食系列之

□ 记者 杨柳 见习记者 杨玉梅 文/图

狗肉滋补抗冬寒



俗话说：“狗肉滚三滚，神仙站不稳。”中医认为狗肉营养丰富，具有补中益气、温肾助阳之功，是冬季的进补佳品。眼看一天冷似一天，寒风萧瑟，冬意渐浓，吃狗肉的最佳时节已翩然而至。有读者报料，珠江南路有一家花江狗肉火锅店，味道很是不错，好吃还不上火。听说有好吃的，小记肚子里的馋虫又开始蠢蠢欲动，马上呼朋唤友，一起去品尝传说中的花江狗肉火锅……

火锅店店面不大，布置得倒也雅致，以红色为主色调，让人看了心生暖意。我们一行四人坐定，先点了个滋补锅底，外加一大盘狗肉。没一会儿工夫，锅底、肉和蘸料就端上来了。肉是熟肉，被切成半个手掌大小的薄片，肥瘦相间，在盘子里整齐地堆叠着。再看锅底，跟我们平常吃的火锅不同，锅里除了姜片、蒜苗、葱段之外，还有一种墨绿色的配料，闻起来清香扑鼻，但就是叫不上名字。

管它三七二十一，尝尝再说！先喝一碗汤暖身，火锅底汤是用狗肉、狗骨炖出来的，原汁原味，味美清香。再将滚烫舀入蘸料碗中，搅拌均匀，一碗香喷喷的蘸料就调制好了。然后把狗肉放进锅中，浓浓的肉香便随着

火锅的热气在屋内蒸腾，鲜香之味扑鼻而来。夹起一块狗肉咬上一口，滑而不腻，鲜嫩无比，还带有一点点嚼劲，特别是蘸上秘制的蘸料，口感一下变得丰富起来，各种香味完美地融合在一起，毫不冲突，恰到好处，鲜、香、麻、辣在口中乱窜，让人浑身都暖和起来。

美味的狗肉让我们四人暂时忘记了斯文，频频举杯，大块朵颐，同声赞好。不一会儿，一大盘肉就见了底。意犹未尽，我们又点了一盘狗肉，外加几个涮菜。

我们发现了几种有特色的菜，一是“狗肉香”，据服务员介绍，“狗肉香”是贵州特产，学名叫圆留兰香，也叫青薄荷、鱼香菜，香气浓郁，味道独特，有清热去火之功，刚才我们看见锅底里的墨绿色配料就是它。“狗肉香”搭配狗肉一起吃，那是再合适不过了，不用担心吃了狗肉会上火。还有一样涮菜也是贵州特产，叫竹荪，白色网状的竹荪烫熟之后吃起来脆脆的，很是爽口，还有清热利湿的功效，也很适合和狗肉同食。

室外天气寒冷，我们却是吃得全身热乎乎的，花江狗肉果然名不虚传。不一会儿，小店内外十来张桌子都坐满



了客人。一个新开业的小店为何生意这么好？我们一打听才知道，花江狗肉在玻璃厂南路仿古街上的老店已经开了十年了。原来是家十年老店，难怪能经得起人们味蕾的考验。

小记点评：这家火锅店味道的确独特，交通便利，只是店面有点小，所以要吃得趁早。价格适中，小记一行四人，共消费约150元。喜欢吃狗肉火锅的话，不妨去尝一尝。

寒冷的冬天来了，如果您有冬日美食推荐，或者有拿手的私房菜，请和我们联系。只要您愿意展示，愿意分享，请拨打电话65233688，我们在这里等您。

“真不同洛阳水席” 有奖征文评选结果揭晓

近日，经过洛阳知名作家、专家组成的评定小组严格评选，“真不同洛阳水席诗、词、散文有奖征文大赛”评选结果揭晓，20个奖项花落各家。其中高野荣获诗歌组一等奖，周大强、昨夜花雨荣获诗歌组二等奖，余子愚、阎羽飞、魏振廷荣获诗歌组三等奖；翟国荣获词曲组一等奖，王元明、吕红翔荣获词曲组二等奖，王雅晴、马淑善、王志伟、潘亚君荣获词曲组三等奖；刘彦卿荣获散文组一等奖，任慧霞、贾志红荣获散文组二等奖，静水、周宁、梦归荣获散文组三等奖。

据了解，今年6月，真不同饭店为弘扬水席文化，打造企业品牌，提升洛阳的城市知名度，与洛阳晚报副刊部联合举办“真不同洛阳水席诗、词、散文有奖征文大赛”，几个月来共征集作品200多篇，作品内容涉及水席文化、传说、故事、习俗等。

一、二、三等奖和优秀奖得主凭身份证到真不同饭店综合办领取奖品和证书，咨询电话：0379-63955787。

千年水席

□ 刘彦卿



两千多年前的洛阳，肯定是水源茂盛，江河纵横，所以，当孔子和老子面对这里的流水时，都是一番感慨。孔子站在“川上”的那句感叹“逝者如斯夫”，直到今日仍绕梁不绝；曾在周都洛邑任守藏室吏的老子说的那句“上善若水，水善利万物而不争”，更是显得高深莫测。

那位生于今洛阳嵩县、辅佐成汤灭夏治商的大臣兼厨师伊尹说过：“凡味之本，水为始，五调之味，水为第一。”伊尹的厨艺到底高超到何地步不得而知，但他的这句话点出了烹饪的要害，被后世的厨师奉若神明，尊其为“厨圣”。

据说正宗的洛阳水席，须取龙门东山香山寺的泉水。取来的水，先用大缸贮起来，用青竹旋搅，再用竹篾严盖三日，然后用大木勺取其上面七成，倒入另一大缸，再加入别缸的七成水，再用青竹旋搅密封，如此三遍，方可用来吊汤做菜。所以，水席大师的基本功之一就是会辨水、会试水，水越淡越好，越清越妙，越轻越佳。

水席的汤，按照真不同门内的要求，分九汤、八色、三十六味。吊汤讲究双四八大吊，不管是奶汤、清汤还是素汤，不管是哪种风味，都具有一鲜二养三滋润的特点。其选料之精、熬制之严、程式之密，一般人是难以想象出来的。实际上，不仅在洛阳，河南很多地方的人们的饮食习惯里，都保留着洛阳水席的风韵。

上善的人，就应该像水一样。水造福万物，滋养万物，却不与万物争高下，这才是最为谦虚的美德。水席又何尝不是这样呢，它不求艳、鲜、奇、奢，传承千载守真固本。老子在自然界万事万物中最赞美水，我要在中华古今各种宴席中盛赞水席。老子的“上善若水”应该另有一层含义——“上膳若水”！就是说，天底下最好的膳食就应该像水席那样，悦而不激，华而不奢，香而不腴，糯而不糟，软而有度，中而有韵。

上善若水，上膳若水。言简意赅，真够我们琢磨的了！

洛阳水席故事 征文
真不同饭店 协办
电话：0379-63955787

舌存天下

鹭岛美食

□ 记者 朱娜 文/图



鹭岛厦门的美食众多，除了人们熟知的海鲜，还有很多特色风味小吃。前不久，小记飞往厦门游玩一番，不仅留恋那里的优美风景，更喜欢那里的美食。

花生汤 花生汤是厦门的特色小吃之一，听当地人说，想喝到最正宗的花生汤，就要到中山路的黄则和，那里的花生汤堪称一流。他们选用大小均匀的当地花生为原料，加糖进行熬煮，一直煮到汤汁呈乳白色，这样熬煮出来的花生汤，不仅香甜可

口，还有润肺的功效。

听了这番介绍后，我们一行人胃口大开，这么好吃的美食哪能错过？当晚，我们便直奔中山路的黄则和。花生汤端上来了，一股香甜腻之扑鼻而来，奶白色的汤上面漂着脱了红衣的花生。尝上一口，甜而不腻，齿颊留香。

沙茶面 原以为厦门人爱吃面，没想到沙茶面却是当地人的最爱。沙茶面在厦门普通得就像我们常吃的米皮，无论是偏僻的小巷子，还是闹市区的美食城，都可以见到沙茶面的影子。

何谓沙茶面？就是用沙茶酱调味做出来的面。沙茶面好吃与否，关键要看沙茶酱的好坏。想做出好的沙茶酱可不容易：先将花生用小火炸一下，然后磨成花生酱。将蒜头、大葱用油爆香，再加入切碎的红辣椒煸炒，最后放入沙茶粉、奶粉、冰糖以及磨好的花生酱调均匀，就成了沙茶酱。

面用的是厦门的油面，嚼起来很筋道。面煮好后配上高汤，再放上沙茶酱，食客可以根据自己的喜好挑选鱿鱼、腰花、猪肝、鸭肾、大肠、炸豆腐、豆芽、青菜等。只要10元钱，你就能吃到配料丰富的沙茶面。

海蛎煎 我们一行人都是北方人，来到厦门都想尝尝这里的海鲜。在这里不得不称赞厦门人，用小小的海蛎就可以做成味道鲜美的小吃——海蛎煎。

将海蛎肉从壳中剥出，和葱花、鸡蛋、淀粉加适量的水搅拌均匀，并放盐、鸡精进行调味。差点忘了，还要放上姜末，以去除海蛎的腥味。油锅烧热后，将海蛎面糊摊入油锅，煎至两面透亮，就可以出锅了（如图）。再配上一些辣酱，别有一番味道。

一盘海蛎煎只要几块钱，味道却是无比鲜美。