



## 冬日美食系列之4

□ 记者 杨柳 见习记者 杨玉梅 文/图

# 冬季吃鸡最滋补



杜家鸡

忙碌了一周，又到了周末可以大打牙祭的时间了，我正为找不到什么好吃的而发愁。百无聊赖间，闺蜜打来电话，约我共进晚餐。我懒洋洋地拒绝，闺蜜却很坚定，说一定要带我去吃一种我绝对没有吃过、又很过瘾的东西。经不住她的软磨硬泡，我答应赴约。

闺蜜极力推荐的店位于九都路西体育场西边，同行的还有两名男性朋友，我们四人进店挑了个雅间坐定。刚一进店，我已经有些失望了：这家饭店主打的菜肴是“鸡”，这有什么好吃的啊？闺蜜看出了我的心思，说：“你别小看人家，‘鸡’这种食材很常见，所以大家都会对它的做法和味道很挑剔。可是人家敢拿它做主打菜，说明人家经得起这种挑剔。不信你试试看。”

我笑了笑，翻开了菜单，这家店的招牌菜叫做“杜家鸡”，名字很独特。从菜单上看得出来，他家主打信阳菜，也有一些湘菜和川菜。点菜前要先选鸡，我们四人点了一份杜家鸡，一道风味烤鲈鱼，一道土芹炒腊肉，外加一道凉菜——大拌菜。

等菜期间，我好奇地问了一下服务员：“为什么叫杜家鸡呢？”服务员介绍，传说此菜是由湖北一位姓杜的老婆婆发明的，已经有几十年的历史了，所以叫杜家鸡。杜家鸡用的全是地道的土公鸡，后厨师傅现杀现做，先配以秘制调料用大火熬炒，再用高压锅焖，这样能让鸡肉更入味。

菜陆续地被端上了，让我们期待不已的杜家鸡没有



风味烤鲈鱼



大拌菜



地锅馍



土芹炒腊肉

寒冷的冬天来了，如果您有适合冬日享用的拿手私房菜，请与我们联系。只要您愿意展示，愿意分享，请拨打电话 65233688，我们在这里等您。入选者均可获赠价值 50 元的风味烤鱼坊代金券一张。

让我们等很久。这道菜看上去似火锅又不是火锅，似干锅却有汤汁。鸡肉是切成大块的，色泽金黄油亮。上面的鸡肉是熟的，端上来就可以吃，鸡肉下面还有一些鸡腰、鸡胗等食材，为了保持口感和味道，这些东西都要现场边煮边吃。

我夹了块鸡肉放进口中慢慢品尝。恩，果真不同于平时在市场上买的“肉鸡”，这正宗的土鸡吃起来很给力，鸡肉很有嚼劲，口感十足，再配上店家秘制调料的香味，真的是鲜得入味，辣得过瘾，油而不腻，唇齿留香，让人吮指回味，意犹未尽。

还有风味烤鲈鱼，鱼皮又香又脆，鱼肉却嫩得入口即化；土芹炒腊肉，小芹菜的香味很浓郁，配上腊肉，满嘴是芹菜和肉融合在一起的经典香味；大拌菜，红橙黄绿五颜六色一大盘，别提有多好看了，微甜、微酸、微麻、微辣的味道在舌尖慢慢扩散，好吃得让人停不住口。

点一份杜家鸡，店家还会送一份信阳特色地锅馍，小巧的馍很精致，一面是软软的，一面被烙得焦黄，再配上他们特有的豆瓣酱，那口感，绝了！

看我吃得不亦乐乎，闺蜜笑了：“怎么样，好吃吧？这家店新开没多久，难怪你这美食专家都不知道！”

的确美味！民间有一俗语：逢九一只鸡，来年好身体。意思是说寒冷的冬季要经常吃鸡进行滋补，这样可以为来年的健康打下坚实的基础。眼下正值寒冬，大家不妨来尝尝“杜家鸡”，既滋补又好吃，还不贵，我们一行四人消费了 150 元。

## 快乐厨房

### 营养早餐

## 豆渣玉米饼

现在不少人都习惯早上喝一杯热乎乎的豆浆，既营养又美味，可是打豆浆时剩下的豆渣却不知道如何处理。豆渣中含有丰富的膳食纤维，扔了确实挺可惜的，不如做成豆渣玉米饼，这样一份营养早餐让你精神饱满地开始新的一天。

**原料：**黄豆、玉米粉、胡萝卜、黄瓜、盐、鸡精

#### 做法：

1.用豆浆机做好豆浆后，将豆渣过滤出来，把水分挤到八成干。

2.将胡萝卜和黄瓜洗净后分别刨成丝备用。

3.将豆渣和双丝混合，加入 1 大勺玉米粉，再加盐和鸡精搅拌均匀。

4.将搅拌好的豆渣糊团成圆球再稍微压扁，成小饼状，锅里放油，将小饼放入锅里小火慢煎。

5.2 分钟后将饼翻面继续煎，直至完全熟透即可。

**小贴士：**因为玉米粉是干的，所以豆渣不要完全挤干，挤到八分干就足够了，这样水分刚好。（暖暖）



## 我的水席缘

□ 梦归

儿子出国留学两年没回来了，当得知他将要回国时，我满怀喜悦地问他打算怎样安排这个假期，他说一定要去“真不同”吃洛阳水席。

小时候，妈妈就带我吃过水席，流水般上菜的景象深深地烙在我的脑海中。只是那时的我不知道这就是自己的故乡——洛阳独有的“官场席”，以为亲戚街坊们办大事就是这么吃饭的。

一次，一个朋友邀请我吃饭，把地点定在了“真不同”饭店。朋友把菜单拿给我，我诧异地发现，母亲常做的连汤肉片和父亲爱吃的油炸丸都赫然在册，而服务生对主菜牡丹燕菜的介绍更是勾起了我美好的回忆。

服务生说，这道牡丹燕菜是周恩来总理陪同加拿大总理特鲁多来洛阳访问时亲自命名的，而我当时就站在火车站前广场的最佳位置，举着花环热烈地欢迎总理的到来，这也是留在我记忆深处的人生大事之一。由此我才知道，原来乡下的“官场席”就是洛阳水席。

真正了解洛阳水席是在看了洛阳作家张元纯的小说《天下第一宴》之后，我才知道，那乡下百姓婚丧嫁娶必办的“官场席”竟然都出身于皇家宫廷，居然是华夏第一宴！它们曾经是那么风光显赫，曾经是那么奢华讲究，经历过那么多的风雨，倾注了那么多人的心血！

如今，洛阳水席完全没有了昔日的贵胄之气，而是

以朴实的面貌走进了寻常百姓家，洛阳水席也在洛阳餐饮人不懈的努力下重新焕发青春。

如今，外地游客来洛阳必吃洛阳水席。“真不同”已经同龙门石窟、洛阳牡丹一起成为洛阳的三张著名的名片。而让我没有想到的是，80 后的儿子竟然也会喜欢上古老的水席。看来，水席缘已经不属于我自己，这种缘分还将会在儿子身上继续延续。不因别的，谁让咱生活在洛阳呢，谁让洛阳古为天下宗呢！就这汤汤水水的水席大宴，其中的文化，其中的情缘，其中的真谛，非大智者难明。

**洛阳水席故事** 征文  
**真不同饭店** 协办  
电话：0379-63955787