

各县风味名小吃 晚报教您学一手(下)

□记者 刘志渊 文/图

上期我们为您介绍4道来自新安和偃师的风味小吃。这次,我们将为您介绍其他4种小吃。这些“硬菜”分别出自洛宁和孟津。



洛宁粉蒸肉

【典故】据传宋朝时洛宁有个朱姓县官,此人贪污受贿,致使民不聊生,老百姓对他无可奈何。当时,衙门外一个饭馆的师傅体察民情,想出一种吃食叫“绳绑捆猪吃”,“猪”即暗讽“朱”的意思。他把猪肉切成片,剁成末,用薄面皮包住后缠上粉条,粉条即绳子,意为把“朱”绳捆索绑,剁成肉酱。

消息传出,百姓心花怒放,都想去啃“朱”几口,出出心中怒气。就这样,一传十,十传百,这家餐馆生意兴隆。一天,朱县官也来吃“绳绑”,饭馆师傅忙抓一把面撒在上面,盖上笼蒸。因为味香扑鼻,县官就问笼中是什么吃食,师傅说是蒸肉,馋得县官直流口水,大叫:“快快,把笼揭开,让老爷吃点蒸肉!”这次,朱县官吃了大半碗子蒸肉,之后天天来吃。后来,他听说这蒸肉的暗喻之意,一气之下死在衙门里。此后,蒸肉慢慢流

传,成为洛宁的独特小吃。

【特色】色泽黄亮,黄、绿、白相间,香味扑鼻,香而不腻,回味无穷。

【原料及配料】以5人食用为例:猪肉500克,排骨500克,大葱250克,红薯粉条750克,面皮一张;食用油100克,姜50克,甜面酱适量,料酒、酱油、十三香、鸡精、小磨香油少许。

【做法与步骤】

洛宁君平餐饮店的卫军平介绍了做法。1.买回的生肉用清水冲洗,除去肉表血污,放进开水锅里浸一下,马上捞出。浸过的肉不会太软,可切成肉片或肉丁。

2.把干粉条用清水滤一下,放入浸过肉的开水锅中滚两滚,待其变软后捞出。由于此前浸过肉,开水中会有一层油,这样浸出来的粉条一抖即散;如抖不散,可淋上少许植物油,并用筷子翻动粉条。

3.在切好的猪肉和浸好的粉条上分别淋上适量的甜面酱,用手搅拌均匀,加入料酒、姜末、食盐、香油、鸡精、十三香等调料。对去骨的排骨也要做同样处理。

4.选用细长的大葱,剥皮洗净,滤干切成段;如果葱白过粗,还要对劈开来,使香味渗入。然后,把葱段、粉条和肉搅拌在一起。

5.蒸肉时筛子上要铺一层面皮,防止猪肉蒸化后油流在笼布上失去香味。面皮要薄厚适当,因为薄了易烂,厚了不好吃。

6.把过好水的粉条、肉、排骨等一起倒入盆中,加150克玉米面搅拌均匀。

7.把拌好的原材料摊在铺好面皮的筛子上,盖上笼盖,搭在开水锅上。先用大火,直至铁笼四周流“泪”,再调成小火,慢蒸50分钟。

8.蒸肉揭笼食用前不能停火,否则肉皮会变硬,不好吃。



洛宁酸牛肉

【典故】20多年前,洛宁县城西白师傅在村边开了一家4张小桌的烩面馆。1992年冬,白师傅正在忙碌,两名客人嫌牛肉太凉,让他们热热再吃。白师傅将牛肉放入锅中,加上高汤调料,不料放醋时失手倒多了,牛肉味道顿时变酸。

白师傅怕客人不满意,把牛肉端上桌后,便站在一旁观看。没想到,客人吃后非常满意:“在别处还从没吃过这样的酸牛肉,好吃!”客人走后,白师傅又做了一碗偏酸的牛肉,一尝味道还真不错。第二天,他就

在店外打出了酸牛肉的招牌,一直流传至今。

【特色】烂而不化,入口酸,回味香。

【原料及配料】5千克生牛肉(可出成品牛肉2.5千克);花椒150克,大茴香50克,小茴香80克,桂皮10克,白蔻10克,肉蔻15克,苹果10克,糖50克,醋300克,草蓼(bibá,一味中草药)、良姜、大葱、大蒜、小磨香油、盐、辣椒、味精等少许。

【做法与步骤】

洛宁中原白记烩面馆的白林武介绍了做法。

1.把牛肉切成块儿,用冷水浸泡6小时

至8小时。

2.把浸泡好的牛肉块下锅,放入花椒、大茴香、小茴香、草蓼、良姜等二十多种中药材,煮大约8个小时。

3.捞出牛肉放凉,切成3厘米长、2厘米宽的薄片备用。

4.将锅烧热,放入适量植物油,把葱花、姜末切碎下锅煸香,放入高汤,煮开后,加入味精、辣椒、白糖、醋少许。

5.将肉片放入锅内,大火翻炒3分钟~5分钟,再放入食盐、葱段、蒜末,淋上小磨香油,即可出锅。



孟津红烧黄河鲤鱼

【典故】早在春秋战国时,鲤鱼就被当作贵重的馈赠礼品。据《史记·孔子世家》,孔子得子,鲁昭公送鲤鱼作为贺礼。因此,孔子为其子取名曰孔鲤。在《诗经》中,有“岂其食鱼,必河之鲤”的诗句,而古籍中的“河”专指黄河。汉代也有不少诗文提到鲤鱼,如“就我求珍肴,金盘烩利于鲤鱼”,就是把鲤鱼作为佳肴来称颂。

每条鲤鱼的头顶上都有个不大的黑斑,据传这是鲤鱼跳龙门时留下的印记。毕竟,能跨越龙门者寥寥无几,那些失败者摔下

来,额头上就落了个黑疤。孟津以东黄河河道开始放宽,河床宽而浅,含沙量少,透明度高,水中富含鱼类生长所需的各种营养盐类,此处的鲤鱼因而味道鲜美。唐朝大诗人李白曾赋诗:“黄河三尺鲤,本在孟津居,点额不成龙,归来伴凡鱼。”这恐怕是孟津红烧黄河鲤鱼最好的广告词。

【特色】色泽鲜嫩,清香可口。

【原料及配料】重约1.5千克孟津野生黄河鲤鱼一条;味精4克,料酒15克,白糖10克,酱油30克,盐10克,葱、姜各10克,蒜6

克,番茄酱、豆瓣酱适量,花生油1.5千克。

【做法与步骤】

小浪底寺院坡农家乐65号的马西川介绍了做法。

1.把花生油烧至七八成热,鱼下锅炸至七成熟后捞出。

2.锅内放入一勺食用油,放入豆瓣酱、番茄酱、葱、姜、蒜等,待酱汁熬好后,加水烧煮。

3.水煮开后,把炸好的鱼放入锅内,放入盐、味精、白糖等调味品,炖几分钟后出锅。

4.将鱼盛入盘中,浇上适量汤汁即可。



孟津横水卤肉

【典故】唐安史之乱后期,经孟津昭觉寺之战,唐军节节胜利,叛军大势已去。百姓抬猪羊以犒王师。一次肉下锅后,夜追叛军的军令下达,及至天明,唐军大获全胜,拂晓归来,人饥肉烂,满街飘香。将士报捷时,将卤肉献给代宗皇帝。圣上龙颜大悦,除厚赏三军将士外,特封横水卤肉为国宴御菜。

经过千载传承,孟津横水卤肉名扬一时,享有“豫西名吃”的美名。

【特色】肥而不腻,烂而不化,唇齿留香。

【原料及配料】猪脸、猪蹄、猪耳、猪口条以及猪心、猪肝、猪大肠等下水均可入锅卤制。以5千克原料为例,所需配料为大茴香6克,小茴香3克,花椒6克,白芷3克,辛夷3克,苹果4克,豆蔻2克,丁香2克,山茶(nài)3克、生姜10克;高汤适量,能买到老汤更好。

【做法与步骤】

孟津横水君临大酒店的韩进军介绍了

做法。

1.锅中加水烧开(能盖住肉即可)。

2.将作料放入锅中,大滚15分钟后将猪脸、猪大肠、猪口条及其他下水依次下锅,高汤(或老汤)此时一并倒入锅中。值得一提的是,猪脸下锅时,要面朝上,这样煮熟后美观。

3.大滚40分钟后,再用文火煮3个小时。大肠不易熟烂,煮的时间要长一些,这样味道更美。(相关视频见洛阳网)