

美食发现

□ 记者 杨柳 文/图

快乐厨房



三秦面条真不赖  
擀厚切宽像裤带  
面条筋道细又白  
爽口耐饥嫌得太

面条像裤带

浓浓藕汤香

夏末秋初，正是鲜藕上市的季节。此刻如果熬上一锅浓浓的藕汤，那将是一种别样的享受。

制作藕汤，一般原材料为鲜藕、罗汉果、红枣、冰糖等。基本做法是，先把罗汉果的壳敲碎，然后取出里面的果仁，红枣用清水泡好，鲜藕切成薄片；接着把罗汉果和红枣放入清水里加热，待水开后，转为小火炖上20分钟；最后放入冰糖和鲜藕，再炖上10分钟左右，藕汤就熬好了。不过，藕汤宜用煤炉慢炖，才能将鲜藕的美味一点点全炖出来。

汤既成，鲜藕、罗汉果、红枣三味俱香，加上莲藕本身的清幽香气，弥散于半空，浓得化不开。将热气腾腾的藕汤盛上，屋里顿时浓浓的藕汤味道弥漫，雾气氤氲。醇香浓郁的藕汤色泽如牛奶一般，入口香滑，回味无穷，让人顾不得烫嘴，三两下就喝完一碗，再看锅已经见底。

尽管藕汤算不上汤中的极品，但为市井人家所崇尚，不仅有止咳、祛痰、消炎、解除应激反应、降血压、降血脂等作用，同时还有减肥美容的功效，很适合女士品尝。

(张兰芳)

爽口耐饥裤带面

“三秦面条真不赖，擀厚切宽像裤带。面香筋道细又白，爽口耐饥嫌得太（陕西方言，意思为好得很）。”在陕西民间流传着这样一首歌谣，唱的就是裤带面。陕西八大怪，面条像裤带，裤带面是陕西人最喜欢吃的一种美食。

一天，我接到一名热心读者的电话，说洛阳新区学子街和洛宜路交叉口附近有一家小店，专营陕西裤带面，味道非常正宗，建议我去品尝。刚放下电话没一会儿，这名读者又打来电话，怕我摸不准位置，又详细告知了一番。冲着这名读者的热心劲儿，咱也得去尝尝啊！

一天中午，天气很凉爽，我和几名同事决定去这家面馆把午餐给解决了。按照那名读者提供的线索，我们很快找到了这家小店。店面不大，共摆放了10张桌子，我们到的时候已是座无虚席，等了一会儿才找到位置坐下。

看看菜单，裤带面分为三种：蘸水面、油泼面和干拌面。有趣的是，蘸水面是按根卖的，一根面条1元钱。我心想，按照现在这物价，买5元钱的估计都吃不饱，少吃点儿算了，权当减肥了！

等了大约20分钟，当面条被端上来时，我彻底傻眼了，只见一个大盆里盛着满满一盆面条。这样的一根面条太给力了，长达1米、宽约4厘米，真跟裤带差不

多。我赶紧通知老板，把我们点的面条退了一碗，我和同事分吃了这盆面，要不然，撑死也吃不完啊！

我点的是蘸水面，一个大盆里盛满了热气腾腾的面条，还飘着碧绿的菜叶，白绿相映，看起来清爽悦目。还有一个碗，碗里盛着红彤彤、油亮亮的蘸汁，还有西红柿、葱花、木耳等配菜，香气四溢。

我费了好大劲儿，才把一根长长的面条成功地“转移”到蘸汁里，面条软而不烂，厚而不硬，吃起来劲道爽滑，蘸汁浓郁入味，醋酸、蒜香、汤鲜、辣椒辣，各种味道恰到好处地糅合在一起，让人胃口大开。

一个同事点的是油泼裤带面，一个大盆里，白的面条、绿的青菜、黄的豆芽热闹地挤在一起，再浇上红红的油泼辣子，吃的时候，略微一搅拌，香味扑鼻，色泽诱人，酸、辣、香、鲜、麻五味俱全，真是令人垂涎欲滴。

据面馆老板介绍，“裤带面”只是一种形象的叫法，陕西人称其为“biangbiang面”，这个特殊的字在字典上根本查不到，写法相当复杂。他给我们念了一首歌谣：“一点飞上天，黄河两边弯，八字大张口，言字往里走，左一扭，右一扭，西一长，东一长，中间加个马大王，心字底，月字旁，留个勾搭挂麻糖，推了车车走咸阳。”说的就是这个字的写法。

吃着美味的裤带面，还长了不少见识，这顿午饭，我们吃得心满意足。



biang

腊味杂蔬蛋饼



主料：鸡蛋2个  
配料：腊肠1小截、胡萝卜2根、豇豆2根

调料：孜然烤肉料1勺  
1. 准备好各种食材；  
2. 豇豆洗净，切小丁；  
3. 胡萝卜去皮、切碎；  
4. 腊肠洗净，尽量切小丁；  
5. 将切碎的豇豆、胡萝卜、腊肠一起放入料理盒，加入一勺植物油，搅拌均匀；

6. 加入1勺孜然烤肉料，搅匀；  
7. 盖严料理盒，放入微波炉，高火加热2分钟；  
8. 等待的过程中将鸡蛋打散；  
9. 取出料理盒，倒入蛋液；  
10. 晃动料理盒，使蛋液与其他食材混合均匀，继续高火加热2分钟即可。

烹制心得：  
1. 各种配料的蔬菜可根据喜好任意选择；  
2. 配料尽量切碎，颗粒太大影响蛋饼的口感；  
3. 加热时间仅作参考，视自家微波炉火力调节，可以每加热一分钟取出查看蛋饼的状态，再决定继续加热的时间，以免火力过猛，将食材烤糊。

滋味人生

一盘南瓜饼

□ 刘丽华

入秋了，我买回一块黄南瓜，准备烙南瓜饼解解秋热、调调肠胃。先生给我开门时不解地问：“你何时爱吃黄南瓜了？”是啊，我俩平时都不爱吃这软粉粉、黏稠稠的东西，所以黄南瓜从没上过我家餐桌。我笑道：“等着吧，包你吃了还想吃。”

说这话是有来历的。小时候，我偏食，南瓜做的菜我是从不沾筷子的。可乡亲们都说“入秋多吃黄南瓜”，因此，母亲就换个花样，将黄南瓜烙成一张张金黄的南瓜饼，让我当零食吃。那时，我家的菜园里爬满了南瓜藤，一到秋天，

南瓜就被太阳烤得金黄，一个个沉稳地等待挑选。当母亲拉我入园选南瓜时，我总是挑圆鼓鼓的，自己搬得动的。母亲却过来用指甲掐掐瓜皮，若掐不出痕迹，她就摘下来，说这样的南瓜熟了，味很甜的。我就把南瓜抱回家，然后哪儿也不去，等着看母亲做南瓜饼。

母亲是个能粗粮细做的好主妇，她先将黄南瓜浸在水里洗净，再切片去瓢去皮，然后蒸熟，沥水，捣成泥，加面粉，打入鸡蛋搅拌，揉成面团，冷却；再将面团分成若干份，一一揉圆，拍扁，用擀面杖擀成薄饼；坐上平底锅，

抹少许猪油，热锅，下饼，文火烙至两面金黄，撒上白糖，起锅，一个个盛在青花瓷盘里。

此时，满屋子香喷喷的，我扑过去，要吃南瓜饼，可烫烫的，我使劲地吹气，那热气知趣地跑开了。我伸出舌头去舔，一下、两下、三下……终于可以咬了一口了，一咀嚼，酥脆甜香……

一晃，先生午睡起床，正好我烙的南瓜饼也入盘了，他一看，说：“哟，一盘‘金饼’出炉了，不能不爱啊！”说着，捏起一个入嘴，然后竖起大拇指。我一尝，呵呵，正是母亲烙的滋味。