

团圆年夜饭 咱也露一手

□记者 杨柳 文/图

年夜饭无疑是一年当中最重要的一顿饭,因为它承载着过去一年收获的喜悦,也体现着一家人团聚的快乐。年夜饭,有人喜欢去饭店吃,图的是潇洒、省事;也有人喜欢忙忙活活在家张罗,图的是温馨和亲切。

除夕就要到了,您家的年夜饭准备得怎么样了?本期“寻味”,小记给您介绍几道简单易学的菜,让您在除夕之夜给家人露一手。

鸿运排骨年年高

家住涧西区天津路的王旋是南方人,她家的年夜饭总少不了年糕。年糕又称“年年糕”,与“年年高”谐音,寓意人们的生活一年比一年好。王旋今年年夜饭准备做一道鸿运排骨年年高,光听这菜名就够喜庆的,咱们来看看她的做法吧。

王旋介绍,这道菜的主料是排骨和年糕,作料有葱段、姜片、八角、桂皮、香叶、老抽、料酒、白糖、盐和番茄酱。

食材准备齐全后,王旋开始操作

了。她先将排骨切成小块,洗净,放开水里焯一下,捞出控水。然后在炒锅里倒入少许油,油热后,放入排骨,再倒入老抽、料酒和白糖翻炒均匀。随后,她往锅内加入八角、桂皮、葱段、姜片和香叶,再加入热水,水量要超过排骨。大火将水烧开后,改小火炖煮,直到将排骨炖烂为止,这时可以加一些盐。最后,往锅中加入年糕片和番茄酱,用大火收至汤汁浓稠即可。

这道菜操作简单且营养丰富,您也想试试吗?



秘制红烧牛尾

红烧肉估计大家早就吃腻了,今年的年夜饭,“煮妇”李丽准备换换花样,做一道红烧牛尾。

李丽说,做这道菜之前,牛尾要用水泡6小时~8小时,这样才能把牛尾中的血水泡出来。牛尾泡好后,就可以做菜了。锅里添水,放入牛尾,再放入花椒和大料,用大火煮沸,撇去血沫,再用小火煨。大约煮1个小时后,牛尾就煮好了。

接下来就是红烧了,炒锅里放少许油,油热后放入葱段、姜片和蒜瓣煸炒,加入牛尾高汤,再放入酱油、料酒、盐、味精和甜面酱拌匀,然后将牛尾放入锅中翻炒片刻,往锅中加少许开水,水量要超过牛尾,盖上锅盖用大火猛攻。等锅里的汤汁变为原来的一半时,放糖,再放入土豆块和胡萝卜块,等汤汁浓缩变稠时,勾芡即可出锅。

这样,一道色润味醇、鲜香汁浓的红烧牛尾就做好了。



吉庆有余红烧鱼



每逢春节,作为家中的大姐,家住西工区唐宫路的付艾贞都会把弟妹妹叫到家中,亲手做一顿团圆饭。辞旧迎新之际,鱼寓意“年年有余”“吉庆有余”,因此鱼总是她的主打佳肴。今年,付艾贞准备做一道红烧武昌鱼。

付艾贞介绍,这道菜的主料是武昌鱼,作料有葱段、姜丝、蒜片、生抽、老抽、料酒、蚝油、淀粉和盐。

将武昌鱼洗净,除去鱼鳞、内脏后,付艾贞在鱼身上均匀划了几刀,抹盐腌制10分钟。趁这个工夫,她用淀粉、水和蚝油调成调味汁备用。鱼腌好后,她往炒锅内放入少许油,油热后,将鱼煎至表面金黄,再放入葱段、姜丝、蒜瓣和糖,倒入适量料酒和老抽,盖上锅盖焖1分钟。然后,她将热水倒入锅中,并撒入适量盐,再焖1分钟。最后倒入备好的调味汁,用大火收汁即可。这道菜外焦里嫩、浓香无比。

XO酱娃娃菜粉丝煲

这道XO酱娃娃菜粉丝煲,用的材料都很普通,做法也很简单,可是味道却不寻常,很适合出现在年夜饭的餐桌上。

这道菜是小资女生雅惠的看家菜,平时不怎么做饭的她,打算在除夕夜给家人露上一手。可能不少读者对XO酱还不太熟悉,这是一种将干贝丝、虾米干、火腿丝等原料混合烹制的调味料,价格比较贵,一小瓶就要几十元,但往往可以起到化腐朽为神奇的效果,让平凡的菜也能变成极品美食。

雅惠介绍,这道菜的原料很简单,有娃娃菜、粉丝、XO酱、鸡汤、蚝油、料酒等。

雅惠说,先将粉丝用冷水泡软,将娃娃菜洗干净,用刀剖成4瓣,再将料酒和蚝油混合成调味汁。将娃娃菜放开水里焯一下,捞出控水,然后将粉丝平铺在盘子里,淋一些调味汁,将一勺XO酱撒在粉丝上。接下来,把娃娃菜放在粉丝上,把剩下的调味汁淋到娃娃菜上,倒入鸡汤,再放一勺XO酱。最后将盘子放在蒸锅里用大火蒸,开锅后约蒸七八分钟,直到娃娃菜绵软入味,这道菜就做好了。



春节里最香的菜

□翁俊安

十样菜,也叫什锦菜,是长江流域盛行的一款地方特色素菜,特别是过年,家家户户都要做。

过去民间有春节三天一般不炒生、不动刀的习俗,所以各家各户在年三十那天就把十样菜炒好放在砂罐里,吃的时候就盛点。由于是素菜,随吃随取,又可回锅,也可作为凉菜直接食用。在天天大鱼大肉的春节里,十样菜不仅使人们营养均衡,而且调和着口味。

橘红萝卜丝、黝黑木耳片、翠绿的芹菜、深黄金针菜等,这些菜本身就有着除油腻的作用,用这些菜配上素干张、冬

笋、雪菜、香干和香菇等,用菜子油爆炒,入口清香、爽脆。慢嚼细品,水芹脆香、冬笋鲜香、雪菜咸香、萝卜甜香、豆芽嫩香,真乃满嘴生香。

十样菜,不仅长江流域有,黄河流域也有,在中华饮食史上已经立足千年,直至今日,依然流传于民间。

有的酒店还把这款有着“十全十美”之意的十样菜当成招牌菜。武汉的十样菜不错,上海南京的也有名;九江安庆芜湖,吸取了以上地域的配料做法,把原先的十样菜品扩充到十几样:花生米、黄豆芽、卷心菜、咸菜、芹菜、胡萝卜、香干、冬笋、干张、

金针菜、黄豆、木耳、香菇、雪菜以及藕等,在大锅里用热油一烩,五颜六色,飘着异香,咸淡适中,成为春节中最为惹眼、适口的下饭菜。

十样菜做起来并不复杂,也不费时费力,先把各种蔬菜洗净,切段的切段,切丝的切丝,刀工要求也不高,切好后的菜要先晾晾,免得炒出水来影响口感,然后把各色蔬菜一样一样地在铁锅里炒至六七成熟后再集中烩炒,炒得不能太熟也不能太生,太熟不脆,太生又不入味。

十样菜无需酱油和味精,只要有盐即可。为了保持原菜香味,要多放一些菜子

油,这样,炒好后就会显得油亮。

十样菜除了美味可口,还寓意着来年做事十全十美。

在香润爽脆的味道里,最能轻易捕捉到朴实无华的影子。十样菜里没有土豆丝,是因为土豆表面光滑有光蛋之意,稍一揣摩能影射出“穷光蛋”的含义;十样菜里没有蚕豆,因为蚕豆与“残度”谐音。

中国老百姓为了能有个和谐安宁的家园和美好的前景,为了能过个吉祥年,在语言上、饮食上,都处处追求美好的喻意。

快乐厨房 再品丽江腊排骨 特约
王城大桥下以东牡丹桥下以西
水榭王城小区大门东100米
电话:15896687781