

舌荐天下

最爱四川 下饭菜

□刘文静

10年前,我去成都出差。酒店的早餐每日都有稀饭、小菜,小菜的品种很多,瓶瓶罐罐堆满了桌子。我各尝了一口,觉得美味无比,从此欲罢不能,与四川的下饭菜结下了不解之缘。

咸菜是四川下饭菜中的一种,咸鲜醇厚。古朴的瓦罐,透着淳朴的乡间气息。里面装的腌制豆腐、豆子、蔬菜散发着独特的香味,刀工精细。我最喜爱的是豆腐乳,用重重叠叠的白菜叶子包裹了,腌得油光水滑,入口绵长。不像有的地方的豆腐乳,用大大的搪瓷盆子装着,暴露在空气、灯光之下。我吃过许多地方的豆腐乳,只觉得四川的豆腐乳最好吃。

凉拌菜也是四川下饭菜的一种,花生仁拌豆干、红米椒拌木耳、凉拌耳片、麻辣鸡片、酸辣萝卜丝……既开胃又下饭。在炎热的夏天,食欲不振的时候,来一份凉拌菜,保证你的胃口大开。



四川下饭菜最有名的就是泡菜了。除了泡豇豆、泡萝卜等,还有泡黄瓜、泡耳叶、泡猪皮等,清新爽口,不油腻,味道咸酸,口感脆生,色泽鲜明,香味扑鼻。它不但是居家过日子的必备小菜,而且不论何种级别的宴席、何种层次的饭馆,总会上一碟免费的泡菜供客人佐饭之用。四川泡菜吃法很多,稀饭、馒头就脆生生的泡菜,是最平常的吃法;高端一点的有酸菜鱼、酸萝卜老鸭汤等,既美味又营养。

每天早晨,煮好一锅稀饭,佐以四川下饭菜,就着刚蒸好的馒头,美好的一天就此开始了。以前,我总是由于种种原因忽略了早餐,而现在,有了四川下饭菜,我的早餐变得丰盛无比。

四川的朋友们知道我的这一喜好,总是给我送来各种下饭菜。我的生活也因此多了一分期待,一分喜悦。四川下饭菜跟认识的四川朋友一样,没有华丽的名字和花招,原汁原味,却带给我最真实的喜悦。



荷叶糯米东坡肉

感受老洛阳 的味道

□记者 杨柳 文/图

要放假啦,这一次是8天的长假哦,还有比这更令人欢欣鼓舞的消息吗?为了迎接即将到来的欢乐假期,我决定去大吃一顿,以示庆祝。

选饭店,交通嘛,当然选便利;环境嘛,当然选干净;味道嘛,符合大众口味即可。朋友给我推荐了一家新开的饭店,我呼朋唤友,欣然前往。

这家饭店位于珠江路,新开张不久,干净整洁自不必说,主打老洛阳风味,还海纳百川,博采众菜系之长,兼容并蓄,在这里能吃到不少美食。

我们点了几道菜,边聊边等。端上来的第一道大菜——荷叶糯米东坡肉,一寸见方的肉块整齐地排列在圆圆的荷叶上,造型抢眼,色泽鲜明。东坡肉本是一道江浙菜,但大厨对它进行改良和创新,少了甜腻,多了咸鲜,更符合洛阳人的口味。据说,一道东坡肉,没有七八个小时的工夫是做不出来的,这道菜肉质酥烂,肥瘦均匀,入口即化,还添加了荷叶和糯米,荷香伴着肉香,清新不腻口,糯米吸饱了肉

汁,香醇可口,回味悠长。朋友本不爱吃肉,那天却吃了一块又一块。

老灶鱼算是一道洛阳特色美食了,一条硕大的鲤鱼躺在雪白的盘中,遍体金黄,浓香扑鼻。这鱼是地道的黄河鲤鱼,黄河鲤鱼以其肉质细嫩鲜美、营养丰富而



洛宁蒸肉



老灶鱼



过桥豆腐



糊涂面

驰名中外,诗仙李白有诗云:“黄河三尺鲤,本在孟津居,点额不成龙,归来伴凡鱼。”夹一块鱼肉入口,只觉得又焦又嫩,香味入骨三分,在口中回旋,美味超乎想象。一条大大的鲤鱼不到10分钟就被大家“消灭”干净,连鱼头都没剩下。

同样有着鲜明洛阳特色的还有洛宁蒸肉。那蒸肉黄、绿、白相间,香气扑鼻。五花肉被蒸熟后,油汁都渗入粉条里,调料的香味也被粉条吸收,蒸好的粉条根根分明,吃起来竟比肉还香,还没有肉的油腻味儿,你尽可以大口吃,不用担心发胖,这是不是妙不可言呢?

最让我印象深刻的是过桥豆腐这道菜。菜的造型很别致,细碎的肉丁铺在圆盘中,撒上香葱末,如一池碧水,两只荷包蛋如两只小船,一座用豆腐搭建的“小桥”横亘在“水”面,韵味无穷。造型美观,味道更不错。“小桥”上五彩缤纷,黑的是豆豉,红的是红辣椒,绿的是绿辣椒,口感很好,带给你无限惊喜。

最后再来一盆糊涂面条,黄灿灿、热乎乎的面条配一小碟青椒,还未动筷品尝,香味就让人

先醉了三分。糊涂面条要趁热吃,凉了面条就会黏到一起,我们顾不上烫,埋头吃了起来,那可真是越吃越香,越吃越想吃,越吃越有味道。

品味谈说间,碗空盘净,大家都吃得非常过瘾。

美味卤香菇

□刘改徐

提起香菇,很多人喜欢拿来炖鸡或者烧肉,我也不例外。一次,我去朋友家做客,发现她做菜别出心裁,居然把香菇卤着吃。抱着怀疑的态度我尝了尝,却发现这道菜风味独特,很好吃。

看我这么喜欢这道菜,朋友便教我做。她说,要想做好这道菜,买回来的新鲜香菇要先用温水浸泡一会儿,用剪刀把香菇的蒂去掉,用清水洗干净,捞出来,放到一边沥干水分。

锅里放油,把香菇倒进去煸炒几下,放入茴香、桂皮、黄酒、酱油、白糖、盐,加一些清水,盖上锅盖,用小火烧半个小时左右,等锅内汤汁收稠时,放入味精,淋上芝麻油,就可以起锅装盘了。

卤香菇好吃,做起来也不难,它不仅味道鲜美,还可以益气补虚、健脾养胃。看来,我不虚此行,不但美餐了一顿,还学会了一道新菜,回家做给爸妈吃,他们一定会喜欢。



快乐厨房

□付朝旭

秋食 鲜藕炒肉片

秋天来了,秋藕也上市了,“荷莲一身宝,秋藕最补人”,秋季是鲜藕上市之时,藕有养阴清热、润燥止渴、清心安神的作用。莲藕尤其适合老幼妇孺、体弱多病者食用。

每到秋天,母亲总是喜欢拿藕做文章,煎炸蒸炒,只要是能够用得到的加工方法,母亲都会尝试着去做。当然,我最喜欢吃的还是母亲做的鲜藕炒肉片。这一道菜,既有藕的清香,又有肉的美味,实在是一道让人为之留恋的美食。

母亲的具体做法如下:准备好莲藕、猪里脊肉、干香菇。将猪里脊肉洗净切片,把肉片放入碗中,加米酒、水淀粉、酱油拌匀,腌制片刻。将莲藕去皮洗净切片,放入清水中加少许醋浸泡,香菇洗净泡软去蒂切片,葱洗净切段。准备工作做好后,锅中加入30克油烧热,放入猪肉片翻炒至半熟盛起备用。锅中余油加热,爆香葱段,放入香菇及藕片,加入酱油、米酒及适量水,改小火焖煮至入味,加入猪肉片炒熟即可。

母亲做这道菜的时候,总是会顾及我的口味,我不喜欢辣味,于是,在炒藕的时候,母亲便不放青红椒。一般来说,口味偏重的人,可以适当地加入青红椒,这样菜品颜色好看了,口味又有所不同。



美食发现 河洛寻味 馍菜汤 特约
地址:九都路与珠江路交叉口南20米
电话:64368391