

# 巴蜀美食 麻辣当先

美食是在多变的人生中能把握的实实在在的享受。如果你无辣不欢,如果你到过巴蜀,你就会对这句话有更为深刻的感受。

□记者 张丽琳 文/图

## 重庆:麻辣大餐好香哦

重庆位于巴蜀之地,湿润多雨,因此重庆人的饮食偏好麻辣。重庆遍地川菜馆,家家麻得地道,辣得够味,有的甚至直接把红艳艳的辣椒挂在显眼处叫卖。

重庆洪崖洞是一个凿在崖壁上的美食城,汇集了所有四川名吃,夜晚灯火辉煌,远看如琼楼玉宇。

我和同伴先点了一道水煮鱼。店家端上来颜色红艳的一盆鱼,外带一大盆米饭——当地的米饭不论碗,论盆,1人1元,管够。吃完鱼,转头又在对面店里食客的桌上瞧见毛血旺,不吃对不起千里迢迢来这一遭,于是我们又点了毛血旺,外配猪油糍粑——一种用猪油熬制的甜品。

最后,我们捧着快要裂开的肚皮扶着墙出来,却还抹着嘴儿傻乐:此地毛血旺真乃一绝!食材简单,仅有火腿、血块、牛肚、豆芽,可巴蜀人不知加了什么神仙调料,那滚烫的麻辣里竟弥漫着菜蔬的清香,吃时满头出汗,酣畅淋漓,比做了美梦还美。

宋庆龄故居门前的肥肠面不输洪崖洞的麻辣大餐。那里有一溜儿小店,我们选了人气最旺的那家,排了20分钟队,捧到一碗漂着油光的面,15元一碗,用料足,牛肉炖得烂,面筋道,连汤带面一口气吃到碗底。



红辣椒



毛血旺



音乐晚餐



水煮鱼



猪油糍粑

## 成都:天府之国多诱惑

成都号称“天府之国”,当地的火锅才是地道的“天府火锅”。

我们在宽窄巷子附近找到一家老字号火锅店,锅底是收费的,可是菜实惠,点了一大桌,外带啤酒,才花了百十元。蘸料不是洛阳人习惯的芝麻酱,而是一碗香油,油里撒上葱花、香菜。店家说香油可以去除火锅的燥气,让人肠胃舒服。

火锅店斜对面的天桥底下,有个卖夫妻肺片的小铺,里面一男一女,女的收钱,男的调味。无论食客要多要少,男人都会把肺片盛在一个铁盆里,淋上调味

油,用铁勺悉心翻匀,那味道唯有尝过它的人才知其妙。

宽窄巷子里还有各色小吃,诸如荞麦面、酸辣粉、麻辣烫、凉虾、糍粑等。

您若是在武侯祠附近,则可以去锦里尝尝鲜。作为一条工艺品云集的里弄,它与丽江古城的四方街有些相似。在锦里找个石板凳,坐望苍天悠悠,听着店里飘出的若有若无的陶笛声,那是一种享受。

至于春熙路,那里商铺林立。路边摊儿的麻辣烫、串串香,味道跟洛阳差不多,想吃就吃吧,花不了几个钱。

## 小贴士

1. 洛阳机场有直达重庆、成都的飞机,提前到入达航空售票点或网上订票可拿到比较低的折扣。
2. 重庆地铁直通洪崖洞、宋庆龄故居、解放碑等著名景点。不过出站后往往还要步行一段路程,建议轻装简行。
3. 成都出租车的载客指示灯是装在车顶上的,跟咱洛

阳不一样,打车时不要只盯着司机驾驶位的前方,在那儿你永远找不到“空车”的标志。

舌荐天下 豫锦苑一号 烙馍村 特约  
中州西路与黄河路交叉口 (原医药大楼后院)  
电话:62110188 62110288

## 快乐厨房



(资料图片)

初夏,正值草莓上市时节,草莓虽好吃,却“红颜易逝”,如何既能保持草莓的鲜美味道,又能持久保存呢?记者整理了吃货们提供的做法,把草莓变身为草莓酱,好吃易做,喜欢草莓的吃货不妨一试。

## 酸甜草莓酱 亲手做做吧

### 草莓酱

把新鲜的草莓去蒂,用盐水浸泡半个小时后冲洗干净,然后把草莓从中间切开,根据个人的口味撒上适量的白糖后装入密闭的容器腌制3个小时,等草莓大量出水后再把草莓连同汁液倒入不锈钢锅内,用大火烧开后用小火熬至黏稠。放凉后盛入容器密封放入冰箱冷藏,随吃随取,冰凉爽口。如果喜欢酸酸的味道,也可在熬制的时候滴几滴柠檬汁。

### 草莓罐头

还有一种更简单的方法,就是把草莓做成水果罐头,当作茶余饭后的零食。

把草莓洗净沥干水分,将玻璃瓶在开水里煮一下消毒,控干;在锅里加水,放入冰糖,大火烧开融化后放入草莓,等水再次翻滚即可关火,把草莓和冰糖水装进消过毒的瓶子密封好放凉,置于冰箱即可。记得草莓、水与冰糖的比例为5:5:1,这样的味道最适口。(闫卫利)

## 夏天,喝出“清凉”

赤日炎炎的夏天,您也能找到“清凉”的方法。

上午我们可以喝一杯绿茶,其中富含叶绿素、维生素C,茶性较凉,咖啡碱、茶多酚含量较多,有提神醒目、提高人体免疫力、防辐射、抗衰老的功效。下午,可以喝一些自然发酵的白茶,白茶性凉,有退热祛暑的作用,汤色杏黄,呈琥珀色,味道鲜爽甜醇。随着生活水平的提高,为满足休闲、商务的需求,许多人养成了喝下午茶的习惯,以这样的方式洽谈业务,或与亲朋闲坐品茶,备感亲切,更易沟通心灵。

(天天)

吃喝有道 绿芽有机茶 特约  
凯旋东路市政府家属院 大门口东(七一路口对面)