



酱爆蛏子 吮指难忘的美味

□本刊记者 李雨璐 文图

夏夜,看到街边摊位上那鲜嫩多汁的爆炒蛏(音 ch ē ng)子,许多市民都会忍不住想停下来尝一尝美味,但最终还是因不放心卫生条件而放弃。为了在家中也能享受这一美食,22日下午,记者与4名热心读者一同来到位于老城区青年宫广场附近的海鲜小厨餐厅,开始我们《大厨小菜》栏目的第8期。

本期参加我们《大厨小菜》栏目活动的4名热心读者分别是家住涧西区武汉路的王鲜慧、家住老城区三复街35号的王霞、家住西工区中央百货附近的贺华和家住西工区上阳路的刘春。

夏天是盛产蛏子的季节,蛏子因其价格便宜、味道鲜美而成为许多市民青睐的夏日美食。蛏子又名“鲜蛏”“鲜子”,一个“鲜”字,道出了蛏子十足的鲜味儿。本期大厨周彬就要教我们做一道鲜美的酱爆蛏子。

蛏子富含维生素A、蛋白质、钙、铁等,有一定的食疗价值,可以治疗湿热水肿,还有解酒的作用。但脾胃虚寒、腹泻的人要少吃。

周师傅介绍,在挑选蛏子时,要看蛏子壳的颜色,如果呈金黄色或者淡黄色,就说明壳比较薄,肉丰厚;如果壳的颜色呈黑色,就说明壳比较厚,里面肉比较少。另外还要用手摸一摸,要挑选手一碰就会闭合的活蛏子。

学习完如何挑选和清洗蛏子,接下来要学习如何烹饪。周师傅在锅内倒入少许油,然后放入一撮花椒、一个八角、姜末、葱末,下蛏子,翻炒片刻,待蛏子张口后,加入川菜包(豆瓣酱)、蚝油、海鲜酱、生抽、胡椒粉、干辣椒、蒜末、鸡汁,煮出汁。接着周师傅在锅中加入一勺啤酒,待汤汁快收干时,加入洋葱、青辣椒、红辣椒、葱段、葱油、味精翻炒,然后就可以出锅了。

周师傅说:“生蛏子呈半透明状,而炒熟的蛏子则是完全不透明的,在做蛏子时,可以据此来判断蛏子的生熟。”

“清洗蛏子的方法有两种。”周师傅说,一种是将其在盆中,倒入清水,水位与蛏子同高,然后加入一勺半食盐,浸泡4个小时;另一种是先将蛏子用清水焯一下,再清洗。蛏子在开水里一烫,壳就会张开,在壳与肉相连接的地方有一条黑线,里面有沙,将其取出,再将蛏子冲洗干净。如果蛏子买回家短时间内不吃,要将其浸泡在盐水里,待其吐出泥沙后再放进冷藏室里。

菜还没上桌,便在“千里之外”闻到了浓浓的酱香味儿,待端至餐桌上后,4名“学生”便迫不及待地拿起筷子,品尝起来。放一块蛏子肉在口中,酱料的香味和蛏子特有的鲜味瞬间在口中弥漫开,细细咀嚼几下,肥厚鲜嫩的蛏子肉,伴着麻辣的汤汁一起进嘴里,这种又麻又辣的味道绝对能够唤醒夏日里沉睡的味蕾,让人食指大振。“夏天天气热,人一般没什么食欲。但要能来上一盘这样鲜香可口的酱爆蛏子,外加冰镇饮料,绝对能让家人胃口大开。”读者王鲜慧说。



《大厨小菜》邀您参与

《大厨小菜》第九期,我们将请大厨教大家做清蒸黄鱼,如果您想学,赶紧报名吧!

如果您是餐厅经营者,愿意教大家特色菜品的制作方法;如果您是烹饪爱好者,想跟大厨学学手艺,都

可以和我们联系,我们在这里等着您!
电话:65233647
QQ群:247120045

大厨小菜 特约
豪王海鲜小厨
地址:中州东路老城青年宫广场对面正义街内
电话:13803793673

美食集中赢 吃遍洛阳城

喜欢美食的“馋猫”有福了!《休闲周刊》召集“馋猫”,尝遍洛阳特色美食。如果您有美食信息,并且您的信息得到了众多“馋猫”的认可,您便有机会获得丰厚的礼品哦。同时,我们也欢迎有特色的精品招牌菜、原创江湖菜、私家菜、特色火锅等餐饮名店报名。

本期天府火锅、潘加园火锅城、御香园肥牛城、玖鼎御坊、洛阳餐饮旅游集团将开展优惠活动。“馋猫”们,赶紧行动起来吧!

特别鸣谢洛阳春华秋实农博园为本栏目提供奖品。

QQ群号:217065274
咨询电话:65233733

13937936932

天府火锅
114转天府火锅

御香园肥牛城
指定啤酒、白酒、冷饮免费喝。(不限时不限额)包间消费送长城干红一瓶;消费满100送20元代金券。
特价肥牛 11元一份
订餐电话:64930111 64930222
地址:涧西区太原路与安徽路交叉口向北20米

潘加园火锅城
精美凉菜两份
抢购热线:64837211 63928322

玖鼎御坊
持本报可享受
68元套餐
每桌限一张
订餐电话:0379-62226111
地址:洛阳市洛龙区长兴街与牡丹大道交叉口(音乐岛奥座200米)

洛阳餐饮旅游集团
全聚德 红子鸡 湘鄂汇 夏天下
吃多少送多少
限大厅零点单桌
现金消费100元以上
全国预订客服热线:
400-616-3939

6月23日下午,在新区首家时尚主题婚礼酒店正升金熙酒店内,300余名单身男女参加了荣威单身男女相亲会活动。在酒店主题演绎台、雅致路引T台和超大型LED显示屏的衬托下,众多单身男女进行了自我介绍和才艺展示,荣威家电董事长车炳恒先生的主持更是风趣幽默。

刘强 摄

