

夏日凉面花样多

□记者 闫卫利 文/图



洛阳晚报

http://weibo.com/lywanbao

天气太热,主妇们只想远离厨房。别急,今天请美食达人教大家做好吃省事的懒人饭——凉面。

1

麻辣面

绝招:先蒸面再煮面



伊川县的董玉萍最拿手的是做麻辣面,喜欢“重口味”的吃货不妨一试。董玉萍的面条做法独特,她把担担面上笼先蒸5分钟至10分钟,待面蒸好后再煮,煮面的方法与林青的武汉凉面的做法相似,这样做出的面吃起来更筋道。

董玉萍配制的料汁中有白糖、盐、味精、鸡粉等,将这些配料用开水化开,再放入适量凉开水,其比例为一斤水配入白糖75克、其余配料各25克,然后在煮好的面里放入焯过水的豆芽或者黄瓜丝、香葱,浇入料汁后,再放入适量的麻椒粉、蒜汁、芝麻酱、醋、辣椒油。

董玉萍的麻辣面吃起来麻辣鲜香、够麻够辣。

2

武汉凉面

绝招:让面吹吹电扇



打小在武汉长大的林青,做了洛阳媳妇几十年,仍念念不忘家乡风味的凉面,隔三差五就要做一顿。

林青做凉面选粗细适中的担担面,太粗吃起来口感硬,太细不经煮。

武汉的凉面离不了榨菜或酸豆角、芝麻酱。林青喜欢用榨菜当配料,她把榨菜切成小丁,把芝麻酱用香油搅拌均匀稀释后,再备上香葱、黄瓜丝,在捣好的蒜泥里加入盐、醋、味精、生抽、糖备用。之后,水烧开后下面条,煮至水沸腾倒入少量冷水,如此反复三次到四次,直至面条煮熟捞出控水,然后把面放到案板上,淋上少量香油,一边用风扇吹一边用筷子快速翻动,直到面均匀散开不粘连。最后,将面放入碗中,放上备好的菜和料汁,淋上辣椒油,香气扑鼻的武汉风味凉面就做好了。

武汉凉面吃起来比热干面更清爽。

3

酸菜揪面片

绝招:盐水和面好筋道

酸菜揪面片是润西区的郑占海先生的得意之作。他打小就喜欢研究美食,又自学成才成了饭店的掌勺人。

郑先生的酸菜揪面片颇有创意。他先将面粉用盐水和好,醒上半个小时。在醒面的过程中,开始准备酸菜料。做酸菜料时先清洗酸菜去除咸味,沥干水分剁碎,再将猪后腿肉剁碎,然后在炒菜锅里倒入油,油热后把红辣椒、肉、酸菜倒入锅内翻炒,放入适量料酒,待肉变色后放入蒜末、姜末、老抽继续翻炒,之后加入少量温开水滚出汤汁关火。

面醒好后,把面擀开,成长条再扯成小段,揪成片放入开水锅里。面煮熟后将韭菜倒入锅内,然后把面条和韭菜捞出过凉水,把炒好的酸菜肉末连汁带菜浇入面中就可以吃啦!

酸菜揪面片软滑筋道,酸美爽口。



(资料图片)

快乐厨房

夏日美食——芒果冰激凌

难熬的夏日到了,今天我们推荐一款消暑降温的美食,让你清凉凉地度过炎夏!

家里有台冰激凌机真的很方便,想吃什么口味的冰激凌,都可以轻松地帮你做出来,而且原料自己选择,卫生又放心。

食材:芒果适量、牛奶

200毫升、奶油150毫升、柠檬汁一小勺、白糖80克。

制作步骤:1.食材备用。2.将蛋黄放入打蛋盆,加入40克白糖和一小勺柠檬汁。3.用打蛋器搅打至乳白色后倒入牛奶拌匀。4.蛋奶浆用小火煮至变浓稠(边煮边搅拌以免糊锅),倒出冷却备用。5.芒果取果肉,入搅拌机搅拌成芒果泥。6.将奶油摇匀倒入容器中

加入40克白糖。7.芒果泥分次倒入冷却的蛋奶浆中。8.将其搅拌均匀后倒入打好的奶油中拌匀。9.将处理好的冰激凌糊,倒入提前冷冻了12个小时以上的冰激凌内桶中。10.打开电源,用冰激凌机搅拌30分钟后放冰箱冷冻两小时即可食用。食用时将冰激凌取出用勺挖成圆球,可以撒上杏仁碎、芒果果肉等进行装饰。(百文)

吃货驾到

吃货来报到 免费尝美食

- 1.必须是吃货一族。
 - 2.将你眼中的美食以“文字+图片”的形式发送给我们,文体不限,记得一定要写上店址和人均消费金额,我们将择优发表在《洛阳晚报》官方微博上,并刊登在《洛阳晚报》每周五的《寻味》版上。
 - 3.所发微博被选用者均可获得礼品一份,凭手机短信领取。礼品是由河洛寻味饭店提供的免费菜一份,本期的免费菜是东坡肉。
- 参与方式:
- 1.发送电子邮件到 chihuojiadao@163.com。
 - 2.登录新浪微博@洛阳晚报,微博前加上#吃货驾到#。

冒菜



#吃货驾到# 吃货们,你可以在洛阳吃到正宗的四川风味小吃——冒菜了。万达购物广场后街有一家主营冒菜的饭馆,他们做的冒菜麻辣鲜香,既解馋又下饭,我们根据自己的喜好及需求随意选取食材,微辣、中辣、特辣或清汤4种口味都尝了尝,人均消费15元至30元,好吃、实惠。

via@一路芬芳

状元粥



#吃货驾到# 哪个地方的粥好喝?作为一名吃货,我推荐位于景华路与青岛路交叉口的家粥店。这家店的服务态度很好,就餐环境也不错,主营粥品,皮蛋瘦肉粥、状元粥等很受吃货们的欢迎。该店的饭菜价格不贵,团购的话会更便宜,一碗面加上一碗粥才消费8.8元。

via@信信信信-球
刘婷 整理

美食征集热线:15137956968

美食发现

绿尔大蜗牛 特约

电话:13373771555
网址:www.klle.cn



(资料图片)