

# 乐活·寻味

## 滚锅牛肉 涮出滇中美味

□记者 闫卫利 文/图

云南人把米线做得出神入化,吃得风生水起,云南风味的火锅也一样让人闻香而来。近日,具有云南风味的滚锅牛肉在洛阳飘香,引得小记垂涎欲滴。



滚锅牛肉

### 1 云南美味 让你咽口水

洛阳一向是川味火锅当道,云南风味的火锅是什么味道?与川味火锅有何不同之处?小记准备去体验一番。

一个雅致的大烧瓷锅,红亮的汤汁中酱色牛肉大块大块地堆在锅底,白色的翠玉萝卜与黄色的玉米散落其间,几粒新鲜的云南小米椒红绿相间点缀其中,让人眼睛发亮,味蕾忍不住跳动。这家位于中州西路与华山路交叉口的滚锅牛肉店,干净雅致,那里的美食看起来很诱人。

随着锅底的加热,牛肉的香味在鼻尖缭绕。小记哪经得起这种诱惑,夹起一块牛肉入口,味道醇厚鲜美,细细咀嚼,浓郁的酱香中带点儿淡淡的甘甜,越嚼越香。云南人饮食喜欢甜味,不过我们洛阳人喜食咸味,所以滚锅牛肉在保留云南甜味特点的基础上又加以改良,削弱了甜味,突出了咸味,使口感本地化,更让人易于接受。

烧瓷锅持续加热,各种料味放入浓汤中,牛肉变得软烂易嚼但不散形,云南小米椒的辣味这时也开始上了劲儿,辣中带有鲜味,鲜味中又带有辣香,很让人解馋。相比川味火锅,云南风味的火锅汤汁没有张扬的麻辣味,视觉上更清澈,味觉上多了一分质朴的清香。

### 2 牛肉全席 让你吃过瘾

吃完锅里的牛肉,添上牛骨汤,点涮菜时,服务员推荐,不妨来一个牛肉全席。

涮肉端上了桌,牛头肉、牛蹄筋、牛骨髓、牛尾巴……看得人眼花缭乱,这些都是加工过的冷片,可以直接吃,也可以放到火锅里煮后就着料汁吃。大冷的天,还是热腾腾地下肚好。锅里的水开得很快,各类牛肉丢几片入锅,片刻工夫肉已经煮熟,蘸着料汁吃,肉质鲜嫩,香而不腻,辣而不燥,不蘸料汁味道也一样鲜美,对于爱吃牛肉的朋友来说,绝对可以大饱口福。吃得差不多了,再下一小撮挂面、几根青菜,一份美味牛肉面又让人食欲大增,想不吃撑都难呀。

滚锅牛肉一词来源于云南一个故事,意为财源滚滚,丰收之意。20世纪20年代末,云南一位达官贵人带着胜利的喜悦回到府中,膳房人见主子满怀激昂之情,不敢怠慢,却一时不知做什么美味好,见桌上刚刚煮好的牛肉还冒着热气,就灵机一动,大刀斩成块,配上五谷杂粮端了一锅上来,边煮边吃。一壶酒下来,主子甚是赞叹,并借酒兴取名为“滚锅牛肉”。

如今的滚锅牛肉,做法更精细。先把新鲜的肋条牛肉焯水,去除腥味和血水捞出,把肉蔻、草果、姜等20多种配料在炒锅中小火慢炒炒出香味,再加上焯好的牛肉,添上牛骨汤炖煮,制作共需26道工序,这道大补又鲜香可口的滇中美味才能出炉。



牛蹄筋



牛骨髓



牛头肉

**美食发现** 滚锅牛肉 特约  
地址:涧西区中州西路与华山路  
交叉口北20米路东  
订餐电话:69860686

饮茶有学问,讲究品种。有人根据个人的习惯和爱好喝茶,也有人根据自己的身体状况喝茶。那么,茶到底应该怎么选、怎么喝呢?请您拨打电话63220033,我们将免费提供品鉴知识。

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

## 当“茶之梟雄”邂逅“白茶仙子”

你一定喝过祁门红茶,也一定喝过白毫银针,但两者能混搭吗?当祁红邂逅“白茶仙子”白毫银针,会擦出怎样的火花呢?

如此调饮,除了能在泡茶时增加美感,在祁红里加入少许白毫银针,更能使茶汤鲜亮通透,口感更温润甜蜜。

冲泡方法:用玻璃壶冲泡,水温90摄氏度,每次冲泡时出汤不宜出尽,留1/3的汤底,以保持浓度。可适当洗茶,除去第一泡的熟闷味。

冲泡时间:第一泡和第二泡40秒出汤,第三泡45秒出汤。第一泡汤色橙红稍淡,明亮,清香伴随着毫香,淡雅悠长,味道醇和爽口,稍有回甘;第二泡汤色橙红明亮,蜜糖香,茶汤滋味醇和爽滑,稍有厚度,回甘明显;第三泡汤色是浅浅的杏黄色,明净透亮,清香显著,味道醇和清爽,同时有淡淡的甜味,有回甘,较耐泡,还有冲泡的余地。

怎么样,试试吧! (晓兰)

洛阳日报报业集团  
新浪微博 http://weibo.com/lywanbao  
腾讯微博 http://t.qq.com/lywanbao  
微信公众号:lywb20

美食征集热线:15137956968

### 随手拍美食 免费吃大餐

顺嘴的两句话+顺手的一张美食照=一顿免费丰盛大餐。养生汤王酒店为本栏目参与者提供价值268元的两人餐。

参与方式:将你眼中的美食以“文字+图片”的形式发送电子邮件到 chihuojiadao@163.com,或登录新浪微博@媒体人闫卫利,或者@洛阳晚报,微博前加上#吃货驾到#,留下你的联系方式。内容文体不限,记得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。

凡被选用者均可凭手机短信享受免费大餐,赶快来参与吧!

### 干锅蜗牛



#吃货驾到# 我跟朋友到洛新产业集聚区绿农农业科技有限公司做蜗牛美味的主题餐厅解馋。店家新推出的免费菜干锅蜗牛,味道滑中带脆,香辣可口。  
via@风云勇士

### 土豆粉



#吃货驾到# 位于老城区北大街安喜门古城天街附近,有一家锅底香土豆粉店,一碗土豆粉,外加1个卤鸡蛋、两串豆腐皮,人均消费10元。土豆粉软嫩爽口,汤底味道鲜香。  
via@阿霜

(闫卫利 整理)

**吃货驾到** 百川面馆 特约  
地址:老城区黄梅路与马路街交叉口  
订餐电话:13525441808