

# 乐活·寻味



包好的肉粽



肉粽

## 这个端午粽是不一般的鲜

□记者 闫卫利 文/图

张予湘(左)和黄女士(右)正在包肉粽

端午将至,勤快的主妇、煮夫又该亲自动手包粽子了。小记提前打探到两个包粽子高手——西工区的张予湘女士和她的朋友黄女士。每年端午节,她们都要自己动手包肉粽,朋友们称,她们包的肉粽味道简直是绝了。

张予湘说,肉粽的馅儿选料很关键,要选猪后腿肉和五花肉各半,清洗干净后切成2厘米到3厘米的块儿,然后加入适量的盐、糖、老抽、胡椒粉、料酒、葱姜段,拌匀

后腌制5个小时。

黄女士包粽子时,一般是将干米直接加水拌匀包,这样糯米不会太粘牙,如果你想吃更黏的,可提前把米泡好。包粽子的时候,要把洗好的粽叶根据叶子的大小进行组合,三片一组、四片一组都可,粽叶按照同一方向一个压一个,卷成圆锥形。筒里先填一勺米,然后放入肉块,肉量多少随意。如果想让肉汁多一些,米里的肉香更浓一些,不妨

将肉在腌出的汁里蘸蘸,然后把肉块在米中压瓷实,再填上米。她们提醒初学者,包粽子时不要把米填满,要留点空间,这样便于操作。具体怎么让米和粽叶变身粽子,你只管想招儿,只要能用绳子把它们捆结实,就大功告成了。

吃完了咸肉粽,小记还给你搜来一道私房“红糖粽”。把老红糖加少量清水烧开,用中小火煮至浓稠时关火;将芝麻酱加少量清水调

得略稀一些备用。把原汁原味的白粽子煮熟,剥好放入碗里,淋上红糖汁、芝麻酱,再撒上适量白糖即可。喜欢吃甜食的人,这种吃法肯定会让你百吃不厌。

**快乐厨房** **哑巴柴鸡**  
 订餐电话:15038537218  
 地址:涧西区丽新路与周山路  
 交叉口向北50米

### 那些人气爆棚的小店

## 烤面筋也疯狂

□记者 闫卫利 文/图



烤面筋



吃货排队买烤面筋

### 舌尖上的白茶

白茶是我国六大类茶中最自然、最健康的茶,在制作过程中不炒不揉,只需经过晒干或文火烘干,即萎凋和干燥两道工序。将茶叶采摘之后进行微发酵、自然干燥后就可以喝了,白茶强调的是自然、养生的理念。

白茶分明前、明时和明后三个采摘时段。因白茶生长的地方海拔较高,故茶叶价格相差悬殊。一般来说,白茶分为白毫银针、白牡丹、寿眉3个等级。像白毫银针这样的极品,芽头覆盖大量白毫,产量很小。而从白毫银针中挑选出来的太姥银针就更为珍贵了。白牡丹是一叶一芽,香气比较足,寿眉则一般制成茶饼,有着一年为茶、三年为药、七年为宝的美誉。(小惠)



#### 传说 吃烤面筋要排队

烤面筋这种休闲小吃是走到路边买两串打牙祭的。可是凡事都有例外,咱洛阳有家烤面筋,据传是洛阳城最好吃的,买十串、二十串你都不好意思往那里站,吃货都挥着百元大钞喊“我要300串”“我要500串”,即使你铁了心要等下去,“神龙见首不见尾”的长队也会把你吓退。

这个火得“一塌糊涂”的面筋摊儿就是老城区春都路烧沟的老万烤面筋,因为现在冒牌的太多,创始人万海龙刚刚注册了商标,正式更名为十干坡绝味烤面筋,经营方式也鸟枪换炮,从小地摊升级为店面,店面在道北三路下清宫附近,还未装修好,在烧沟排不上队的吃货就循着香味跑到这边来了。

#### 现场 赔笑脸一串难求

这等人气美味,小记要是不尝尝,简直没法在美食圈里混了。上周四傍晚,小记在春都路见到万海龙,眼看别的摊子都摆出来了,他还按兵不动,在路边不慌不忙地抽着烟。原来他不敢早出摊,只要一出摊吃货就会围上来,影响交通。到了这个时间,他还要关机,要不手机会被吃货打爆。

20点左右,万海龙的女儿打前站出摊了,只见她将面筋架上烤炉,然后上酱、撒料,烤面筋的香气勾人食欲。为了避免拥挤,她给吃货们发号,按号买烤面筋。号很快发完了,没拿到号的吃货陪着笑脸求号。小记被优待给了两串试吃,正闻着香味,品着滋味陶醉呢,突然瞥见一边的吃货们眼巴巴地瞅了又

瞅,那表情分明就是羡慕嫉妒恨呀。小记心想:不就一串面筋吗?怎么也吃出我吃着别人看着的幸福感了?

人越围越多,万海龙的女儿招架不住了,她打电话让老爸出马。万海龙推着车一露脸,吃货们迅速围上去,一边帮忙推车,一边拉关系。抢到一号的吃货掏出400元“来400串”,后面的吃货惊呼“死定了,又要等到猴年马月了”。

**美食发现** **川江烤鱼** 特约  
 地址:涧西区珠江路与周山路交叉口西南角  
 订餐电话:15515302060

#### 揭秘 纯手工 秘制料

小记品了品,面筋的确独特,跟一般的烤面筋口感不同,它外皮焦脆、内里松软,麻辣鲜香,味道可与烤肉相媲美。烤面筋虽然好吃,不过为啥引得吃货疯狂,小记还是想不明白。

在小记的追问下,万海龙道出他抓人胃口的绝招——纯手工制作。白天他们全家齐上阵,用上好的精粉手工和面,跟一般的面筋不同的是,他家的面筋用纯面粉制作,不加面粉粉。面和好醒好后,揪成小剂子在水里再泡一泡,然后串成串,共需18道工序。

面筋好不好吃关键在蘸料,万海龙的制胜法宝就是黄料、白料、芝麻料,至于具体的配料,万海龙三缄其口,只撂出一句话:保证没有违禁品。

**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)