

乐活·寻味

1 慢快餐却不慢

天热,不少人喜欢叫外卖,就是送上门的快餐。快餐不单是现代人的享用,早在唐代就有一种叫“立办”的酒席,邀请的客人到来时,酒菜已在桌上摆好了,这是唐代的快餐。

如今,小资们流行吃洋快餐,图的是品位;中式快餐只为果腹,在小摊贩前各色品种一拼,随便找个地方就吃开了。咱洛阳人推陈出新,把洋快餐的优雅与中式快餐的快捷相结合,叫慢快餐,让你既优雅又从容地享用美味。

这家慢快餐店叫石锅秀,在新区泉舜购物中心四楼,虽店面不大,但很朴素雅致,别样的吊灯、花草烘托出一种时尚气息。店家的台签上一行醒目的承诺,诠释了慢快餐的真谛:15分钟菜品未上齐,菜品全单六九折。15分钟怎么算呢?店家介绍,从食客点餐出小票的时间算起。呵呵,还真够快的。



良好的就餐环境

石锅秀出慢快餐

□记者 闫卫利 文/图

2 石锅里一烫顶三鲜

慢快餐有自己的秘密武器——厚重结实的石锅。将菜品做到七八成熟时,放进石锅里,石锅事先用烤箱加热到250℃以上。俗话说,一烫顶三鲜,这样的温度自然能做出好味道,清乾隆时期的一道御厨名菜——石锅鱼能延续至今,最能说明问题。

小记在网上查了查,石锅里含有对人体有益的各种微量元素,还能持久保温,看来快餐营养缺乏、重复加热的弊端让一口石锅给搞定了。

小记叫了几个吃货同来享美味。菜刚点完没过几分钟,菜品先后就端上了桌,有石锅狮子头、地瓜爱上鱼、非一般的小黄鱼、玉米和虾的故事等。吃货“小渚尔”闻着香味食欲大增,不过还是矜持了一会儿,拿起手机拍了一通美食照,发微博、微信与朋友分享美味。

这里的石锅狮子头,把肉馅儿和豆腐糅合在一起,浇上酱汁,吃着不油腻;石锅小黄鱼被吃货扫荡的速度最快;地瓜爱上鱼,把黄心的地瓜、鱼肉切成条挂上脆皮糊,在石锅里煎烤后,外脆里嫩,吃货“一路芬芳”一口气吃了四根地瓜条,大呼过瘾。店家还有一道看家菜——玉米和虾的故事,曾在美食大赛上荣获一等奖,味道确实不凡,吃到最后还酥香得跟刚出锅一样,这都是石锅的功劳。



玉米和虾的故事



石锅狮子头



石锅烤鱼

3 5元也能吃过瘾

慢快餐沿袭了快餐的快捷,实惠的特点也一样被发扬光大。在街头,红薯玉米饭、冰淇淋、奶茶、烤面筋、爆米花、水果……随便哪一种吃下来也得三五元,在石锅秀,只要每人加5元,十几种美味随便吃。

我们一帮吃货已经吃得九分饱了,还是忍不住要了几样小菜,每样尝了尝,味道蛮不错,尤其是脆黄瓜,酸爽可口,特解腻。最后,我们吃着冰淇淋,喝着果汁、奶茶,尽兴而归。

顺便告诉大家,过不了一个月,石锅秀姊妹店将进驻西工区的建业凯旋广场,如果你不方便来新区,也可就近过过瘾哦。

美食发现 石锅秀 特约
地址:新区泉舜购物中心四楼
订餐电话:65155757

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

大自然的恩赐

传说当年神农在山野采药时,不幸尝到了一种有毒的草,顿时感到口干舌麻,头晕目眩。他急忙背靠着一棵大树坐下,闭目休息。

一阵清风吹来,几片绿油油的叶子从树上飘下来,其中一片落在神农的胸前。说来也怪,那片树叶竟带着一股淡淡的清香,直奔神农的鼻孔。

经不住香味的诱惑,神农随手拈起这片树叶放在嘴里咀嚼,没想到清香由淡转浓,且苦涩交加,随即又感觉一股清凉之气油然而生,顿时舌底生津,精神振奋,刚才的不舒服一扫而光。

神农拾起几片叶子仔细观察,发现这种树叶与一般树叶不同,便采集了一些叶子和种子带回去研究。

神农的夫人见他整天摆弄这些树叶和野果,感到很奇怪,就问他这是何物,神农随口说:“此乃茶也!”

经过多方研究,茶的许多药用价值被神农挖掘出来,进而被人们加工成日常饮品。

如今的爱茶之人在寻茶、品茶时满怀敬意,以一颗赤诚之心对待大自然的恩赐。(小惠)

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 綠雪芽 特约
凯旋东路市政府家属院
大门口东(七一路口对面)

90后小伙儿煮意正

□记者 刘淑芬 文/图

独生子、90后,通常被人看成是最娇惯的一代,只会玩儿不会做,但24岁的黄明明不仅热衷于烹饪,还逐渐成长为“大厨”。

黄明明受父亲的影响,从小便对烹饪感兴趣,在10岁时就会做菜。上中学时,一到假期,亲戚家的孩子就聚在一起学习、玩耍,有黄明明做饭,哥哥、妹妹就饿不着了。

那时,《天天饮食》节目他每天必看。对他而言,能烹饪出独特的美味与家人分享,他就很满足。高考结束后,他毅然选择了心仪的四川烹饪学校,并如愿到成都求学。

在成都这个和美食有着千丝万缕关系的城市,黄明明如鱼得水,豆花鱼、麻辣豆腐、盐水鸭……一道道家常菜的做法相继学到手。在文火慢炖或大火爆炒中,他体会到了酣畅淋漓的快感。

俗话说得好:拥有一技之长,胜过黄金

万两。毕业后,他分别在洛阳万达后街、泉舜财富购物中心负一楼开了两个店,引进香辣诱人的三顾冒菜。为了适应洛阳人的口味,他还改良了汤料配比。他的小店推出的冒菜也在微信圈“100元在洛阳怎样吃”活动中,被吃货们评为十大美食之一。

民间厨星 锦湖印象 特约
地址:新区泉舜购物中心四楼
订餐电话:65155858

用油非转基因油10升,价值78元,凭本报发送的短信到指定地点领取。有意报名者请拨打15137956968与记者联系。

《民间厨星》栏目由乾丰餐饮提供赞助,凡见报的“民间厨星”,可获赠乾丰餐饮后厨



喜欢烹饪的黄明明

在家也能做冒菜

您想在家里做冒菜吗?黄明明教您一招儿:

备好菜油、高汤、火锅底料、干辣椒、花椒、豆瓣、茴香、八角、白糖、麻油、红油、香油、大蒜、芝麻、香葱及各种新鲜蔬菜、豆制品、肉类、丸子类等。

将肉切成片腌一下,各种蔬菜切好备用;将菜油烧热后冷却,加入火锅底料、干辣椒、花椒、豆瓣、茴香、八角、白糖,用小火翻炒至油变红,加料酒和高汤(或白开水),熬10分钟后加入备好的蔬菜、肉类等;放入红油、鸡精、味精、盐、蒜蓉、香油,最后撒少许香葱、芝麻即可。