

乐活·寻味



涮着老火锅 寻找老记忆

□记者 闫卫利 文/图



1 穿越旧时光

如果你是火锅控,还是怀旧派,涧西区黄河路南段的重庆老门框火锅店,可以让你享受老火锅的美味,又可以让在时光的长河里徜徉。若不信,你可跟小记去体验一下。

一走进重庆老门框火锅店,你就会误以为自己回到了青葱岁月。首先映入眼帘的是20世纪80年代迷倒多少男女的《上海滩》男女主角的扮演者周润发和赵雅芝的大幅海报,海报下依次摆着属于那个年代的皮箱、录音机等,左边还有磁带盒、老门框,加上未加粉饰的房顶,让人有一种时光倒流的错觉。

记忆不老,重庆老火锅的美味依旧。老门框火锅就是要把这个“老”字诠释到底。“老”既意味着历史悠久,又指用最质朴的老方法熬料、配汤底。

据了解,这家店的汤料用上好的川椒、青椒、灯笼椒等炒制,再用牛油、鸡油、色拉油与20多种香料一起熬制,最后用素有“椒中之王”称号的秦椒提香,还加有香茅草健胃消脂,防止涮食不当引起腹泻。看来,这家店的老板考虑得挺周全。

美食发现 **老门框火锅店**
地址:黄河路南段九都路北200米
订餐电话:62333999



毛肚

2 大骨熬汤底

火锅浓白的汤底常会让吃货联想到化学添加剂,小记也有这样的顾虑。鸳鸯汤锅端上来,一边红亮亮的,一边是奶白色的,小记心里打了个问号,还是去后厨看个究竟。大厨很配合,用大笊篱往一口翻滚的大汤锅里一捞,捞出了不少大骨头。大厨



小酥肉

说,这是用鸡骨、大棒骨经过六七个小时熬成的高汤,汤底就是用此加入料油做成的。

这时,有个吃货走进店里,热情地跟店主打招呼。原来这个人爱上这一口了,一周要跟朋友们来吃两三次,店家记住他了。

3 只因毛肚香

老门框火锅以毛肚为主打菜,我们当然不能错过。一个老式的农家小黑碗,盛着毛肚端上桌,毛肚软软地“趴”在碗底,品相不怎么样。不过据小记了解,越是卖相好、口感脆爽的毛肚越不能吃。

店家说,他们用的毛肚是从屠宰场直接运过来的,不经过二道加工。我们发现这些毛肚很软和,没有脆嫩感,蘸上蒜泥香油料儿,香喷喷的,看来店家所言不虛。

该店还有猪金钱、猪天梯,其实

就是猪喉结、猪上颚,口感很不错。现炸的小酥肉、小油条,热乎乎的,直接吃、涮着吃都很香。

业内人士说,判断火锅汤底好不好,方法很简单,清汤锅如果涮到最后依然汤汁清亮,说明是原汁原味的好汤。我们把锅里的肉、菜捞干净,再细看汤底,确实还很清亮。

店家在滨河路与春园东路交汇处牡丹桥东洛浦公园边的分店,也将于11月17日开业,到时吃货们可去那里吃个痛快。

常吃补肾餐 美味又保健

□记者 闫卫利 文/图

秋季是男人补肾的关键期,想强壮的男人,可适当多吃补肾餐。本期洛阳市餐饮协会秘书长、1983年洛阳市厨师状元阮鸿彬,向大家介绍几道给男人补肾、壮阳的美味。

清炖牛尾

把牛尾巴洗净、切块儿,焯水后捞出。锅内加水,把切好的牛尾放入锅内,放入盐和一段带须的葱白,加两片生姜、两片鹿茸,水滚后小火清炖两个小时,即可喝汤、吃肉。

这道菜清鲜美味,可补钙,还可添精益髓。

小茴香炒豆干

把小茴香洗净、取梗,把豆干切丝,炒锅放油、上火,油热后,放葱丝、姜丝、干辣椒丝炒香,把小茴香梗和豆干倒入,加入适量盐翻炒出锅即可。

这道菜鲜香可口,可升阳补肾。



蒸黑豆

板栗焯白菜

选霜降后的白菜,洗净,撕成大小适中的块儿,把板栗蒸熟、剥壳。

炒锅放油,把白菜入油锅轻炸出锅控油。锅底留少量油,放入白糖,炒出糖色后放白菜、板栗、蒜末、盐,烧一分钟即可。

白菜脆嫩,汤汁浓香,可补肾益气。

蒸黑豆

把黑豆泡至半发,放入人参、盐,加水至淹没黑豆,上笼蒸40分钟,即可喝汤、吃豆,也可把豆捞出当零食,每天吃



板栗焯白菜

一些。

豆的美味自不必说,黑豆的补肾功效也不可小看。

阮鸿彬先生表示,他愿意免费传授养生菜的做法及养生知识,有意学习的读者,可与他联系,电话:13503791286。

快乐厨房 **小板凳老火锅**
地址:洛龙区开元大道与厚载门街
交叉口南200米路东
总店:15503790855
伊川店:60207788

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
www.lyd.com.cn
微信公众号:lywb20

美食征集热线:15137956968

摊摊面



#吃货驾到# 涧西区辽宁路华阳秀水三号地下商城有一家摊摊面馆,其红烧牛肉面、肥肠面、麻辣粉等色香味浓,麻辣鲜香,面、粉从七八元到十几元不等。加一份重庆特色板鸭或香肠,吃着更过瘾。

——via@6530

狗肉



#吃货驾到# 在涧西区珠江路和周山路交叉口附近,有一家狗肉火锅店,狗肉鲜嫩,汤底浓郁醇厚,回味无穷,人均消费20元。

——via@ 寂寞在等你 (闫卫利 整理)

吃货驾到 **花海游龙饺子王**
地址:九都路与美术馆路
交叉口西南角
订餐电话:63250998

随手拍美食 免费吃大餐

顺嘴的两句话+顺手拍的一张美食照=免费丰盛大餐。泉舜购物中心4楼石锅秀为本栏目提供免费两人餐,百里香·尚宴为本栏目提供招牌菜青椒鱼一份。

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 chihuojiaodao@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,并刊登在每周五的《乐活·寻味》版上。

凡图文被选用者均可凭手机短信享受免费大餐,赶快参与吧!