

洛阳·消费

逛菜市场

寒冬时节灌腊肠，这些窍门您知道吗？

□记者 陈耀玑 文/图

每年冬至后至第二年春节前，正是腌腊肉、灌腊肠的时候。昨日，《洛阳晚报》记者先后到涧西区一些超市和菜市场走访，发现不少腊肠加工摊点已经热闹起来。



消费者在超市内选购做腊肠的原料

1 超市、菜市场腊肠制作摊点生意红火

昨日中午，南昌路丹尼斯量贩一楼西北角的腊肠加工点前围着不少市民。“去年在这儿做了10多斤，我儿子、儿媳妇可爱吃了。小夫妻俩不常做饭，一到饭点就回来‘蹭饭’，今年我准备多做点儿。”50多岁的市民张女士说，因为儿子、儿媳妇喜欢吃，她已经学会用腊肠做六七道菜了。

在涧东路菜市场内，靠西端的一家肉店门口，两排大铁架子上挂满了棕、红两色腊肠，吸引不少市民前来问价。这家肉店的老板杜先生告

诉记者，这些腊肠都是顾客在他家定做的。

“红色、鲜亮的腊肠是用生抽做的，棕色的是用老抽做的，吃着都美着哩。”杜先生说，市场上出售的腊肠按照风味主要分为广式、五香、麻辣3种，各家制作手法基本相同，差别主要体现在肉馅的调拌上。“主料一般使用花椒、胡椒、小茴香、盐和料酒，还有十多种辅料，各家有各家的配方，顾客可以先买一小节尝尝，喜欢哪家的风味就在哪家定做。”



记者：杨柳
手机号：13643799115



记者：范瑞
手机号：18603797002

“晚报百姓消费群”(339894536)
新浪微博@晚报消费

买到假货要维权，想淘物美价廉的物品，拿不准上市的新品值不值得买，想知道哪里有什么自己遍寻不着的东西……您都可以与消费版记者联系哦，我们愿意为您跑腿。

2 咋样才能做出地道腊肠，老师傅教您练就“火眼金睛”

在采访中记者了解到，杜先生在涧东路菜市场制作腊肠已经十多年，每年都要做数万斤。如果您近期准备灌制腊肠，不妨听听杜先生咋说的。

【窍门一】选肠衣

制作腊肠最好挑选使用天然肠衣的制作摊点，您可以要求商家将制作腊肠的肠衣拿出来，仔细观察，若肠衣内已灌入肉馅，可以通过其纹路来辨别是不是天然肠衣。

天然肠衣是由猪小肠刮制而成，出厂时因为被厂家使用海盐进

行过盐渍处理，上面裹着一粒粒粗盐，呈淡黄色的面条状，而人造的胶原蛋白肠衣则表面光滑，通常为淡黄色棍状或盘状；天然肠衣用水清洗后变为乳白色半透明状，灌入馅料后表面会有一片片类似龟甲的裂纹，晾晒后变透明。

【窍门二】选猪肉

做灌肠最好用“笨猪肉”(散养猪肉)，其价格比普通猪肉每斤贵3元到5元(在一些专门的卖“笨猪肉”的店，买肉后可免费加工)，做出来的味道更好。

取前腿肉和腹部五花肉混合，按3肥7瘦的比例混合后切成(绞成)2厘米至3厘米长的细条状，不要把肉切得太碎，否则爆炒烹调时肠肉易

散。肥瘦比例可自行调整，但若瘦肉比例过大，腊肠口感容易变柴。

大伙儿可以根据猪肉脂肪层的厚薄来辨别“笨猪肉”(散养猪肉)和普通猪肉。散养猪由于生长期长，出栏时通常重达400斤，所以皮下脂肪较厚，腹部五花肉的脂肪层通常会超过3厘米，而养殖场集中饲养的猪的脂肪层只有薄薄的一层。

【窍门三】灌装肉馅

腊肠的加工费通常在每斤2元至3元，如果您想自己亲手制作腊肠，一个塑料瓶、一把筷子，就可以在家制作腊肠了。

肠衣没有零卖的，您可以向摊贩制作点讨要或购买，价格约为每米0.5元或1元，2米长的肠衣约可灌进5斤肉馅。取一空矿泉水瓶，将尾部三分之一剪去，将肠衣套在瓶口，从饮料瓶尾部添加馅料，拿擀

面杖或者一大把筷子向瓶口一侧挤压即可。

需要注意的是，拌制肉馅时切不可加水，否则腊肠味道会发酸，只能添加白酒或料酒，比例约为“十斤肉二两酒”。肉馅灌好后，须用牙签在肠衣上扎出一些小孔，以便肉馅内水分挥发。将制作好的腊肠在通风处晾晒20天左右，美味的腊肠就成了。

八方名品家电

2015年12月25日 - 2016年1月3日

全城大促10天

圣诞节购物狂欢

电动剃须刀 11元	吹风机 11元	毛球机 11元	电饭煲 41元	台式小太阳 51元	加湿器 71元
电磁炉 81元	双缸洗衣机 311元	两开门冰箱 711元	1P挂机空调 1211元	43型全高清LED电视 1781元	48型安卓智能WIFI电视 2311元

圣诞节购物 大抽奖	圣诞节狂欢 满就送	圣诞节购物 享五心服务
--------------	--------------	----------------

跨年狂欢启动

2015 跨年专场狂欢

2016 元旦开门红

八方元旦 收官大促



八方电器 订阅号二维码

12月25日 12月26日 12月27日 12月28日 12月29日 12月30日 12月31日 2016年1月1日 1月2日 1月3日