

昨日,晚报社区版“晒晒家常菜”直播活动在中讯大酒店举行

跟着大厨学做菜,拿手本事马上会

□记者 李岚 刘心 文/图

您在饭店吃饭,吃没吃过口水茄子这道菜?它外脆里嫩,甜香可口。又焦又脆的脆皮是怎样做成的?这可是大厨的“绝招”。昨日上午,在本报社区版联合西工区八一北路社区举办的“晒晒家常菜”直播活动现场,近30名市民在中讯大酒店大厨的示范下学会了这个“绝招”。



参加活动的读者在品尝口水茄子

1 70岁的粉丝,场场不落跟着学做菜

从9月至今,“晒晒家常菜”直播活动已举行了多次,为照顾住得较远的居民,活动时间均安排在9时30分,但每次都有热情的居民提前到场,这次也不例外。昨日8时30分,几名家住涧西区的居民就到了中讯大酒店的活动现场。“早点儿来选个好座位,到时候看得更清楚。”一名居民笑着说。

“晒晒家常菜”直播活动举办以来,粉丝数量不断增加,70岁的张莲枝就场场不落。“跟着大厨学做几道菜,就能给家人露一手了。”张莲枝说,她不仅学到了本事,而且认识了新朋友,“新朋友成了老朋友,老朋友再见的感觉很棒!”

“能不能多举办几次这样的活动,让我们多学几道家常菜?”在活动中,不少居民建议。其实,“晒晒家常菜”直播活动以后还会继续举行,读者只要及时关注本报社区版刊发的信息并及时报名,就能参加活动。

2 一边品尝一边交流,大家还探讨了其他做法

9时30分,直播正式开始,大厨张亮介绍得详细,居民听得认真,有人还拿着笔认真记录。15分钟过去了,口水茄子刚一出锅,诱人的茄香就弥漫开来。大家你一块我一块,迫不及待地品尝起来,“外面脆里面糯香,甜丝丝的,好吃!”

品尝完毕,不少人围着张亮“取经”。“大厨,我爱人患有糖尿病,可她又很喜欢吃茄子,做这道菜需要用白砂糖,咋办呢?”一名家住涧西的居民问。“这道菜刚入口时微甜,后味咸辣,您可以根据自身喜好放入白砂糖。糖尿病患者不能吃糖,在调制混合酱料时不要放白砂糖,不会影响口感。”张亮耐心解答。

“以前我按照菜谱做过口水茄子,不过总感觉味道欠点儿,到现场一看就知道问题出在哪儿了。”居民刘先生道。

“如果把面包糠裹到茄子上,将茄子油炸之后再继续按口水茄子的方法做,是不是口感更松软?”一名居民提议。“对啊,回去试试!”大家你一言我一语,把口水茄子的做法聊出了新花样。

3 想学习菜品制作过程,您可扫二维码观看

昨天下午,记者接到几名热心读者打来的电话:“我们报名晚了,没到现场学本事,太可惜了!”

其实,没能到活动现场学习的读者不必遗憾,我们已将此次直播活动“搬”上了报纸,您只需扫一扫文章后面的二维码,就可以一边看视频一边学习口水茄子的做法了。此外,考虑到不少老年读者更习惯通过读报获取信息,记者认真请教了张亮大厨,为您详细记录了这道菜的制作过程。

【口水茄子】

材料:紫皮茄子一个,绿色线椒、红辣椒各一个,食用油、生粉、面粉、淀粉适量,泡打粉少许,海鲜酱、味精、鸡精、白砂糖适量,豉油少许。

做法:1.将生粉、面粉、淀粉和泡打粉倒入盆中,均匀搅拌成混合粉后待用;

2.把洗净的茄子切成大块在清水中泡5分钟,然后捞出放入搅拌好的混合粉中翻滚,使其表面均匀裹上混合粉;

3.锅中倒入半锅食用油,然后开

大火,待油烧至八成热后放入茄子,茄子表面炸成金黄色后捞出,再将切成段的红、绿辣椒倒入锅中,过油后迅速捞出;

4.取一个空碗,倒入海鲜酱、味精、鸡精、白砂糖、豉油适量,搅拌均匀,将调制好的混合酱料倒入炒锅中熬制,待调料汁变得黏稠、冒泡后转成小火;

5.放入茄块翻炒,待其表面均匀着色后即可出锅。

温馨提示:这道菜入口味微甜,后味咸辣,您可根据自身喜好酌情放入白砂糖。为了不影响美观,茄子最好去皮。

“晒晒家常菜”活动将邀请酒店大厨教大家做菜,全程免费。活动举办之前会在本报社区版刊发预告,对报名成功者,工作人员将打电话通知具体活动信息,敬请留意。



扫二维码,看口水茄子的制作过程



- 涧西区社区记者: 李岚 电话15090169915
- 西工区社区记者: 范瑞 电话18603797002
- 老城区、瀍河区社区记者: 刘心 电话15136392287
- 洛龙区、高新区、吉利区社区记者: 肖姣姣 电话13233790011

社区在行动

“感谢社区 一直把我挂在心上”

□记者 肖姣姣 通讯员 连秀凤 文/图

虽然社区工作人员再三婉拒,但居民夏会军“不听从”,12日一早就拿着锦旗到西工区金谷园办事处八一北路社区表达谢意。(如图)

原来,根据规定,我市困难残疾人生活补贴和重度残疾人护理补贴申请时间为11月20日至25日,社区工作人员多次与夏会军联系,让他最终赶上了申报时间。

该社区副主任王万春说,11月20日,社区接到通知后,于当日张贴了残疾人“双补贴”申办通知,考虑到残疾人行动不便,社区还派网格员、楼栋长到辖区符合条件的残疾人家里通知,向大家讲明所需材料等。次日,她查看办理记录时发现就差夏会军的。

“多次打他电话,都没人接。”王万春很着急,在社区工作6年的她很清楚夏会军的情况——今年57岁的夏会军,身体多病,二级残疾,没有工作和固定收入,还要供儿子上大学,是低保户,“不能让他错过这项补贴”。

接下来几天,王万春天天往夏会军家跑,上午找不到就中午去,中午找不到就下午再去,并发动网格员、楼栋长、周围居民帮忙寻找。11月25日下午,在所有材料必须按要求上报前,王万春终于联系上了夏会军。

“感谢社区一直把我挂在心上。”夏会军由衷地说,社区曾特意给他安排了一些简单的公益活动,让他赚取积分以领取一些生活用品,还安排他参加了电脑技术、糕点制作等培训班,使他多掌握一些技能。



通知 全国长寿工程补硒行动进洛阳!



全国长寿工程是一项老人健康救助工程,是相关部门关注民生排忧解难的社会工程。已在北京、上海、广西、四川、山西、陕西、宁夏、新疆等全国100多个城市发放物资500余万份,服务900多万中老年人。硒被国际化学界定义为“主宰生命的微量元素”,缺硒可直接导致40多种疾病,间接导致400多种疾病,全国有72%的地区属于缺硒地区,洛阳也属缺硒区域。

为提高全民补硒意识,本次行动将在洛阳市免费发放富硒食品800份及《硒与人体健康》科普书一套,同时有机会获得价值1980元富硒健康养生炒锅一个,预约报名,发完为止。

免费申领条件

1. 洛阳市常住居民;
 2. 55岁以上(男女不限);
 3. 离退休人员;
 4. 凡符合以上条件者均可电话报名申领。
- 每人仅限领取一次,不得重复领取

申领电话: 60208771
0379-60208772

来函照登

贵报12月15日B04版刊登的“河南省洛阳市中级人民法院公告”中,“锦景桃园”应为“锦景桃苑”,特此更正。