

# 乐活·寻味

## 快乐厨房

嗨  
来一口  
寿司呗!



手握寿司

寿司可谓日本的国菜,如今我们想吃寿司不是难事,街边有不少小寿司店,还有些手巧之人,喜欢根据个人口味换食材,自己在家做寿司。上周日,《洛阳晚报》吃货帮微信群发布召集令,有4名网友被选中,和小记到一家日式餐厅尝鲜。这儿的大厨曾在日本学做寿司,他做的寿司和我们平日吃的大不一样。

### 手握寿司,非比寻常

前不久,网友“蜂语”向小记推荐了这家风格独特的日式餐馆,店面虽不大,却有着十足的日式范儿。食客面对厨师坐成一排,厨师将做好的寿司装入小盘中再递给食客,餐桌上摆着芥末、酱油等调味料,吃寿司时,食客可根据个人口味自行调味。

4名网友刚一落座,大厨便卖起了关子,他做的寿司和大家平日吃的不一样,不用紫菜,更不用卷各种食材。“每个寿司都要配上生海鲜,这才是地道的日本寿司。”他说。

“这种寿司在日本被称为手握寿司,把拌上寿司醋的米饭捏成小圆团,上面盖上一层生鱼片。”大厨边说边演示,海鲜上还要抹一层日本沙拉酱,吃时用寿司蘸着酱油和芥末。

一对儿寿司放在盘中,看上去非常精致,网友“呐呐”心生疑惑:“这寿司没啥味道,能好吃吗?”她夹了一块儿蘸了调料咬了一口,瞬间被芥末呛得眼泪直流,说:“芥末虽呛,但能为生鲷(di ā o)鱼片提味。”

大厨笑她吃错了:“寿司要一口吃下去口感才是最好的!”

日本拉面



吃寿司二维码



吃货尝鲜

### 海鲜越鲜,味道越好

手握寿司味道鲜美,一个关键因素就是要用冷藏不超过24小时的海鲜来制作,只有这样才不会有异味。做手握寿司多选用鲷鱼、三文鱼、北极贝等可直接生吃的海鲜,没有经过大火烹饪,在最大程度上保留了海鲜原有的营养价值,口味虽淡,但营养丰富。

尝罢手握寿司,大厨又展示了一种炙烤寿司的做法。做这种寿司,要在海鲜上铺一片芝士,然后用喷火枪把芝士烤化,再撒些洋葱碎。

炙烤寿司刚一端上来,芝士的香味儿便引得网友直

流口水,网友“球球”一口吃下一个,鼓着嘴说:“不用蘸酱油,海鲜和芝士的味道融合在一起,甜而不腻,吃完心里满满的都是幸福感啊!”

食客可根据个人喜好挑选海鲜种类,每种海鲜都有独特的口感:三文鱼口感劲道、鲷鱼肉质细腻、北极甜虾略带甜味……据大厨介绍,在日本,很多上班族的晚饭就是一对寿司配一壶清酒。如果你觉得吃不饱,可以再要一碗有着浓浓大骨汤的日本拉面,记得吃的时候一定要吸溜出声哦!

### “吃货”网友点点评

日式寿司的味道如何?“晚报吃货帮”的网友各有评价。

网友“呐呐”:我平时不吃生鱼片,刚开始有些接受不了,但芥末恰好掩盖了生鱼片的腥味,米饭也蒸得恰到好处,口感太棒了。

网友“汪洋海”:我之前吃的寿司都是用紫菜卷的,吃几个就觉得腻了,手握寿司味道清淡,蘸着酱油和芥末,我吃了3对儿还觉得不够呢!

网友“树上月亮”:日式拉面给我留下的印象最深,大骨汤口感浓厚,和兰州拉面完全不同。面没吃完,汤我倒是喝了两碗。

#### 温馨提示:

1.吃日式寿司可是有讲究的,大厨亲自为你演示日式寿司的正确吃法,扫描左侧二维码即可观看。

2.想知道这家日式餐馆的地址吗?请关注“晚报吃货帮”微信:lywbchb。

《洛阳晚报》的《乐活·寻味》版经常给吃货发福利,只要你加入“晚报吃货帮”群(QQ:19078942),关注微信号:lywbchb,扫二维码(下图),就有机会成为幸运吃货。



添加「吃货帮」微信群

## 吃货驾到

### 吊锅鸡



#吃货驾到# 在开元大道与孙辛路交叉口东北角有一家湘菜故事美食店,那里的吊锅鸡、石锅杀猪菜味道很不错,吊锅鸡的汤味道鲜美,一整只鸡炖进去,分量很足,每份58元,好吃又实惠。

——@伟伟

### 卤面



#吃货驾到# 在丽新路与寨南路交叉口的奇味鸡煲店里,我吃到了超级好吃的卤面,面条筋道,味道很独特。那里还有好喝的皮蛋瘦肉粥,我和朋友两个人把一大盆喝得精光,建议大家去尝一尝哦!

——@赤影凯凯  
(记者 闫卫利 整理)

## 随手拍美食 免费吃大餐

将你眼中的美食以“文字+图片”的形式发送电子邮件到chihuojiadao@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。

记得写上店址和人均消费金额,我们将择优刊登在每周五的《乐活·寻味》版上。

百里香·尚宴为本栏目提供招牌菜青椒鱼一份。

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!



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  
18637927388