

煮妇经

巧使白糖变软两法

经常遇到买来的白糖、红糖没多久就变硬了,尤其是放在玻璃瓶中的糖,变硬就更麻烦,用力挖也挖不出来。在烹调中需要放糖时,取不出可就耽误事了。再遇这样事您不要着急,可将洗净的七八块苹果皮擦干了,放在已变硬的糖瓶中(或塑料袋中),盖严盖儿。大约半天的时间就可以使变硬的糖变软了。欲使红白糖变软还有一法:用一块温毛巾,在晚上把它盖在盛糖的瓶口,放置到第二天早晨,取下毛巾,再看瓶内的糖块已变得非常松散易取。这种方法十分简便易行,大家不妨一试。

王展

圆台面

蒸年糕

◆ 吕麦



每年一进腊月的门槛儿,母亲便翻看日历,选一个晴好天气的吉日,把精心筛选的新鲜大米和糯米掺和起来,淘洗干净,泡在一只木桶里“沐浴”一天一夜。然后在午后,坐在门前的暖阳下,把胀成“肥环”似的米粒,喂进小石磨空洞的“喉管”里,碾米成浆。雪白的米浆小瀑布一般从石磨槽里流出来,在母亲的眼里,预示来年的好光景如绸缎般展开。

母亲将散发着清香的米浆,拌上核桃仁、白糖,搅拌均匀待用。往一口大铁锅里注上水,灶膛里架上干树柴生起火,明旺跳动的火舌贪婪地“舔”着漆黑的锅底,锅里的水不一会便热烈地“喧哗”起来。母亲把底部铺着湿纱布的竹篾蒸笼放上去,然后用一把小木勺,将米浆舀进桃木刻制的年糕模子里(模凹里一般雕刻着梅、兰、竹等简洁的图案),母亲将模子的“胃囊”填满后,用筷子把溢出的米浆刮平、刮净,反手轻轻一拍——一只雪白小巧、面上有花纹的“塔”状年糕,便安静地“蹲”在笼屉里。此时的母亲宛如一位“泥塑”艺术家,心无旁骛、专注而投入,额头上的每一道皱纹,都闪着一股动人的喜悦亮光。

笼屉“满员”后,母亲便盖上笼盖,往灶膛

不断地添柴加

薪,一门心思地给

正在笼屉中享受“桑拿

浴的年糕,“供应”足够的水汽和温度……时间一到,母亲呵着气掀开蒸笼的盖子,千丝万缕的雾气自由、快乐地“翩跹起舞”,亲亲热热地拥“吻”着母亲的身体和笑脸。年糕则恪尽职守,稳稳地坐在蒸笼里,雪白晶莹、柔光闪闪,仿佛圣诞夜里一个个可爱的小雪人儿,静静地膨胀出满屋的香甜,营造一季的喜气。

母亲看着大功告成的年糕,一边眉开眼笑地念叨:“年糕年糕年年糕!一年更比一年好!”一边拿出几只小花瓷碗,撇几块胖乎乎、松软可口的年糕,在它们雪白、娇俏的脸蛋中间,“烙”上一点“朱砂痣”,喜滋滋地分送给左邻右舍尝个新鲜,分享她的喜悦和快乐。

阳光下,白白红红的年糕,恰似雪中红梅点点,向人们报告新春的气息。不由得使人想起曹雪芹的咏梅诗句:“桃未芳菲杏未红,冲寒先已笑东风。”尽管,如今的物质生活日益丰润,母亲却依旧保持着年年蒸年糕的习俗。“年糕年糕年年糕。一年更比一年好。”其实,母亲蒸的不仅是年糕,而是坚守着一份虔诚的祝福和美好的希望。

厨房提示

芹菜生吃才降压

芹菜含有多种维生素,多吃芹菜能增加血管弹性,具有降血压、防止动脉硬化和毛细血管破裂等功能,是高血压患者和中老年人保健的蔬菜佳品。但是,芹菜的降压作用炒熟后并不明显,最好生吃或凉拌,连叶带茎一起嚼食,可以最大程度地保存营养,起到降压的作用。

连国庆

经典节日菜十款

◆ 司长河

【朝鲜干烧鱼】

经典节日菜十款

◆ 司长河

【朝鲜干烧鱼】

将新鲜鱼整理好,再将鱼身的两侧划成一排兰草花刀,将其放入一容器内,用绍酒、酱油腌煨一会儿即可。炒锅上火,倒入油半斤,烧至七成热时将鱼放入油锅内炸,待见鱼皮略硬时捞出,沥尽油待用。炒锅略留底油,油热放入肉丁、榨菜、笋丁稍煸炒一下,即放豆瓣酱,再翻炒几下,放葱、姜、蒜、绍酒、酱油、醋、糖、鲜汤,见汤烧开将鱼放入,移慢火煨 30 分钟左右,汤汁稠浓时,将炒锅移到旺火上收汁,在鱼身上淋芝麻油即可起锅。

【黄焖鸡块】

把鸡整理好,剁成八分宽一寸长的块,用绍酒、酱油腌一会。炒锅上火倒油,烧至七成热时将鸡块放入略炸一下,见外皮略硬时捞出沥尽油待用。炒锅略留底油,用葱、姜、肉桂炆锅,放入绍酒、白糖、酱油、精盐,汁开时倒入炸过的鸡块,翻炒片刻,添汤烧开,将炒锅移慢火慢焖酥烂,见汤汁浓稠,移旺火加入冬笋块、鲜蘑块、豌豆,汁开淋上麻油即可出锅。

【拔丝白果】

把鸡蛋磕开(将其中三个鸡蛋的蛋清取出放在另一碗中,打成泡糊),加入适量的淀粉搅匀,摊成蛋饼。将蛋饼切成四分宽、一寸长的象眼块,用面粉调糊浆好。炒锅上火倒油,油烧至七成热时,将挂好糊的蛋块下锅中炸一下,见酥脆时捞出,沥去油,再拖上蛋清糊,投入四成热油中,冲炸一下捞出。将炒锅中油倒出,略留底油烧热,放入白糖,熬成适度糖浆,待挑糖浆起丝时把蛋泡块放入糖浆中,翻炒挂匀糖,即倒入预先抹好底油的盘中。

【滑溜里脊】

将里脊肉片成柳叶片,用绍酒、精盐煨一下,再用蛋清、湿淀粉调料浆好待用。把糖、醋、味精、精盐、少许淀粉与适量汤兑好汁芡待用。炒锅上火倒油,油烧至四成热时,将浆好的里脊片投入油锅内过油(滑一下),肉片变色捞出,沥去油。炒锅略留底油,油热下葱花、姜末、蒜片、冬笋片、香菇片、豌豆,翻炒几下,放入滑好的肉片,随即将兑好的汁芡泼入炒锅内,翻炒均匀,淋入明油出锅即成。

【素火腿】

先将红方汁、五香粉、胡椒粉调拌成味汁。把千张皮铺于案板上,均匀地抹上味汁,然后用手将千张皮卷成筒状(两张可卷两筒),用线扎紧,上笼屉用旺火蒸约 15 分钟取出,便成火腿状。炒锅置旺火上,倒入卤水,放入蒸好的素火腿,卤制约半小时起锅。趁热用白纱布抹净卤水,刷少许麻油即成。食用时用刀切成片,装盘摆成花形。

食神会

菜肴配色有学问

◆ 华丽

节日,家家户户都习惯做些佳肴,以丰富生活,庆贺节日。做得好的菜肴不仅香浓味鲜,而且色泽悦目,使人看了有美的感受。

要使菜肴色美,需了解配色的一些知识。菜肴的配色一般有顺色和异色两种。异色是指菜肴的主料和配料颜色不同,通过合理配置,使盘中彩色调和,美观大方。这种配色方法在家庭烹饪中普遍采用。例如炒一盘豆芽,需放点葱丝或红椒丝;一盘红白色酸辣卷心菜(或泡菜),应拌入一点绿色的葱段或豆苗;切一盘白斩鸡,在盘底摊上几张洗净的菜叶,再整齐放上鸡块,并在鸡块中央放一小块红褐色的美味酱菜,这样,整盘的色彩便显得丰富多彩、美观悦目,酱菜还起调节口味的作用,使人食欲大增。

顺色是指菜肴的主料与配料相同或相近时,要使菜肴的色泽协调统一,相得益彰。这种配色方法在家庭烹饪中也会遇

到。如炒一只鸡油三白,菜心、冬笋、鲜蘑菇均为白色,看起来清爽舒服。

在做羹和汤时,特别要使色泽相近,羹和汤一般都在酒后饭前上桌,这时食客基本已“酒醉肚饱”,如端上一盆热气腾腾、色泽清爽、味道鲜美的汤,有醒酒助饭的作用。反之,如端上一碗色泽很杂的汤,即使味道很美,也让人开了胃口。这里面有个颜色对心理的影响问题,在日常生活中我们会体会到的。

菜肴的配色要考虑到盘和席。一色固然单调,但色彩太多反而有混杂的感觉,违背了配色的目的。一般单盘菜肴以两色和三色为好,两色以白绿、白黄、白红、黑黄相间为宜,使人看了舒适坦然,如大红大绿、紫红、红黑等相配就会产生不协调的感觉。三色也同样以比较明快的颜色相配,如白绿红、白绿黄相间。整桌菜的颜色搭配更应丰富。在菜肴配色的同时,还可以利用盐、酱油、醋、酱菜罐头汁等进行调色。另外,在菜肴装盘时动作要干净利落,盘的四边要洗净,看起来清清爽爽。每盘菜的数量也要适当,使人看起来润泽丰满。在一些冷盘菜中央,或者一席菜的中央与四周用小盘装上一点美味色鲜的酱菜,起到色的调和点缀作用,使整盘和整桌菜肴组成一幅雅致的色彩图案。



【扒素海参】

将木耳泡开摘净剁碎与面筋揉在一起,擀成三分厚的片,下油锅把两面煎成金黄色。捞出片成一分厚、四分宽、三寸长的磨刀片,放在锅内,摆成马鞍形状,添入豆制汤,加上酱油、食盐、姜末、素花椒油,放在小火上炖十多分钟,放上味精,勾芡,扣在汤盘里,浇上汁即成。

【人参豆腐】

把老豆腐切成五分宽、三分多厚、二寸半长的片。将火腿、香菇、黄瓜分别切成二寸多长的火柴棍丝。将豆腐片摆在盘内,将火腿、香菇、黄瓜丝调色摆在豆腐片一半的周围,再将另一半豆腐片折回来盖住,放上绍酒、食盐水,上笼蒸透待用。炒锅放入半勺高汤,上火开锅,加入绍酒、食盐、味精,再勾薄芡,浇在豆腐上即可起锅装盘。

【西红柿胡萝卜汤】

把切成片的洋葱与黄油拌在一起,放入锅内,撒上一勺淀粉,搅拌均匀,煮两分钟。锅烧开后把西红柿块、捣碎的蒜、五香粉、食盐、胡椒、切成块的胡萝卜放入锅内,翻炒几下,再倒入二三斤水,煮 15 分钟即可食用。

【鱼汤】

把洋葱头切成碎块,放入盛有黄油的锅里,编成橙黄色,随即把西红柿(一破为四块、捣碎的蒜瓣和鱼放入锅内。不加锅盖炖十分钟,再把丁香、花蕾、五香粉、胡椒和食盐放入锅内。锅烧开后倒入二斤水,盖上锅盖煮 15 分钟,随后把鱼汤过滤并将过滤的鱼汤重新倒入锅内加热。汤开将粉条放入锅内,盖上锅盖,煮几分钟,即可起锅。

下期征集春节家宴菜谱
图片由上海辞书出版社提供

佛手牌
味精



上海著名商标