

好吃周刊



本报专刊部主编 | 总第 515 期 | 2017 年 10 月 12 日 星期四 总策划:龚建星 责任编辑:龚建星 视觉设计:邵晓艳 编辑邮箱:gjx@xmwb.com.cn



北京平谷区金海湖畔,来自世界各地的美食“藏身”在一个个由彩绘喷绘的集装箱内。享受过美食后,人们可以在不远处的房车内露营住宿……这座鲜花小镇向游客提供了别具一格的度假休闲方式。
图/视觉中国 文/小小

红泥小炉 震泽美食:从一碗面开始(下) 文 / 西坡

在震泽家宴呈现之前,苏州吴江区吴江宾馆已隆重推出了“江南运河宴”,一举获得“江苏名宴”的称号。而震泽家宴的策划者,正是在苏州餐饮业界享有盛誉、也是“江南运河宴”的直接推动者华永根、蒋洪、钱立新师弟。照理说,震泽家宴完全可以复制“江南运河宴”。这是讨巧而经济的运作方法。但震泽方面并不想走这种捷径,他们根据自身实际,比如区位、产出、技术、客源等,打造更适合的模式,从其秋季版的菜单上,即可看出端倪——

前菜:白斩鸡、苏式熏鱼、醋浸海蜇、葱油茼蒿、桂花糯米糖藕、咸菜毛豆子;**热菜:**芡实虾仁、扁尖炖老鸭、冰糖鳗鱼、栗子红烧肉、葱爆菱角、芙蓉昂刺鱼、大头菜银鱼、香菇菜心;**美点:**桂花拉糕、苏式月饼;**主食:**咸肉菜饭;**甜品:**枸杞百合银耳羹。

看了这张菜单,大概没有人会认为高不可攀,相反还以为这些菜品完全可以在自家

厨房摆弄出来。我相信这样的可能性确实很大,毕竟它不是国宴、省宴,甚至连市宴也够不上,而更多的是给人“家宴”的概念。那么,是不是意味着除了果腹,它连鉴赏价值也没有了?好吧,我们换个角度来做一回“智力冲浪”:篮球,几乎人人说自己会打,我倒要问一问:你打的篮球,和姚明打的篮球,一样吗?同样是打篮球,为什么没有多少观众愿意看你打球而变着法儿买黄牛票去捧姚明的场子?清楚了?层次不一样!

震泽家宴,确实标举了“家常”的理念,不可忽略的是,除了几位大咖级人士参与策划外,拟定菜谱和裁夺定型的,一位是中国烹饪大师、苏帮菜十大宗师之一张子平,另一位是苏州松鹤楼大厨、苏州“独一桌”掌门李俊生大师。我想,即便在烹饪上自称怎么有造诣的人,总不会对这样坚强的团队毫无敬畏之心吧!

比如那道葱爆菱角,看上去似乎极易措



手。李俊生大师是怎么处理菱角的呢?“鲜菱角剥出后,用小刀仔仔细细削去全部褐色内皮。此皮若不去掉,菱角肉就会发黑,味涩。”“虽说是葱爆菱角,如果一味认死理,就单调了。应该加点黄桃肉、小块芥蓝配色,再加芡实,调准作料,入油锅滑炒一下马上盛起。这时的菱角,鲜嫩爽脆,不梗不黏,十分入味。”“最后以产自震泽的食材如莲蓬和莲花围边,视觉感受优雅舒服。”倘若你连这个诀窍都没掌握,怎么好意思说做这道菜“不在话下”呢?

又比如芙蓉昂刺鱼。芙蓉即用蛋清制成的羹汤,火候必须恰到好处,才能达到嫩滑溜溜的效果,否则就水,就老;昂刺鱼是常见的鱼类,各有烧法,难在去皮拆骨,切成食指般的一条(共两条),非刀工精湛者不办;再配以五六根清新碧绿、入口即化的莼菜,色香味形都到位了,简直就是艺术家在进行创作。

芡实虾仁,想象一下会觉得非常一般吧?只有亲眼看见,才会慨叹其精致美观:芡实虾仁摊在一张新鲜荷叶上,周边满是莲蓬、香藕、荷花、红菱、螃蟹、籽虾……安排得体、均衡,活生生一幅《荷塘清趣图》!这样的巧思和设计,岂是一般农家乐、家常菜可比拟的?

那道咸肉菜饭,俗则俗矣,却令我印象十分深刻:刚下灶的菜饭盛在一口石锅内,用筷子一扒拉,锅底的油还在滋滋地翻滚,焦黄的饭糍散发出特别的米饭香气,青菜的青和咸肉的粉,生气灌注,令人情不自禁“大开杀戒”。

震泽家宴的可贵,是接地气——食材普通亲民,地方特色鲜明。但同时,它的烹饪又是相当用心、精致。这是专业烹饪大师参与家常饮饌的成功范例,在江南小镇中是不多见的,仅仅给它点个赞是不够的,必须挠个大拇指。

周一菜 文 / 李兴福

冬瓜竹荪汤

一、原料:新鲜青皮冬瓜 500 克,川竹荪 15 克,熟火腿 30 克,黑木耳适量,草鸡 500 克,清鲜汤 600-800 克,调料:精盐、鲜粉、料酒、葱姜各适量、白胡椒 15 粒。

二、制作方法:将川竹荪用冷水泡软,洗 2-3 次,修净边角和老根。切 2 寸长的段泡在温水内待用。黑木耳泡发洗 2-3 次,泡在清水内待用。草鸡洗净,斩成鸡块,放进开水锅内煮 3-4 分钟,捞出冲洗干净,放进蒸盆内加清水 800 克。葱姜洗净放进鸡块内加白胡椒粉,用保鲜纸封好盘口,上笼蒸 1 个小时取出,将鸡汤沥出待用(亦可做成红烧鸡块)。冬瓜洗净去瓤,挖成一元硬币大小的冬瓜圆球 15-18 颗,开水煮熟捞出,泡在冷水内待用。熟火腿切成一寸长六分宽的薄片待用。将鸡汤倒入锅内,放入冬瓜球烧开,竹荪木耳沥干水分,放入冬瓜一起烧开,加准调料装入汤碗内,将火腿片放在冬瓜球上面,即成上席。

三、特点:色泽鲜艳,红白黑,汤清雅淡,清香味鲜美,营养丰富。此菜是公馆菜肴中的家常便饭的汤菜。

友情提示:草鸡蒸汤,家中无蒸条件可用小火慢慢炖也可,但水要多一点,且要保持汤要清,见汤内有油要浮去,要清淡。竹荪一定要多洗几次,防止干竹荪有异味影响着质地。



“沪浙皖回忆菜”亮相

坐落于有“农家菜聚集地”之称的松江松卫北路上的“海上宴”酒家于日前开张,其标榜主打“沪浙皖回忆菜”,食材来自浙皖少污染地区。所谓“沪浙皖回忆菜”,即三地传统名菜,特别适合工薪人士聚餐以及各种宴会消费。酒家还特别邀请贵州苗族歌舞剧团驻店表演,给就餐者在品尝美食的同时带来美妙的歌舞享受。

5斤富硒大米 9.9元申购

食全食美(上海)农业科技股份有限公司启动了有机蔬菜进千家万户的工程项目。特此准备了富硒大米,供上海50岁以上的老人购买。每人9.9元申购5斤富硒大米,共100个名额。

前50名购买者还有机会获得智能手表一块(限30块)。手表功能如下:打电话、睡眠检测、拍照、音乐、定位、运动记步。

申购条件:1、限年满50岁以上的老年人,离退休干部、教师、医生、军人优先申购。

2、本次活动名额有限,需电话预约,订完为止(请不要重复购买)

3、申购人员需本人前往,并携带本人相关证件(夫妻前往优先接待)

报名时间:2017年10月12日-15日共四天(8:00-17:00)其它时间不办公

报名电话:400-087-2920 陈主任

购买地址:上海宝山区沪太路3100号尚大国际A座世坤楼4楼412室。

乘车路线:528路、963路沪太路上大路下,地铁7号线上海路站4号出口下左边转即到。

富硒大米 自然就是香