

食神会

我家的糟缸

文 / 吴凤珍

我童年时,约春节前半个月,我娘就把家里所有的砂锅全拿出来用碱水清洗后在阳光下曝晒几天。其中有只与砂锅不同的、内外皆用翠釉涂得精光锃亮的缸,这就是老早才有得买的糟缸了(其容量约等于特大号砂锅)。那是用来糟食品用的。过年弄些糟货吃是老早头老苏州人的食俗,能传承下来用传统法子做糟货的苏州老人家已寥若晨星了。而我家始终坚持并传到了我这一代!当我娘取出清洗并晒它们时,我家已比人家早些时候飘出了一缕年味。

糟缸里糟些什么?它们广泛着呢。凡是猪肉及下脚都能糟,其中脚爪得煨得烂些。还可糟鸡、鸭、鹅等家禽。我们还另外用砂锅糟黄豆芽、笋干吃。

最受欢迎的是五花肉。其做法如下:至少四斤左右五花肉,一分为四。洗净后在沸水里焯过再洗净,放在砂锅内加清水文火煨烂,取出后在其四周擦盐(不宜过咸)待冷。另取香糟约半斤,放在碗内加适量黄酒把它捏和、捏烂。随后,把这糊状物装进用纱布缝制的布袋里。先把已完全冷却的食品放进糟缸里(肉与鸡等可混装)。再把早已准备好的冷盐汤(咸淡可配自己的胃口)倒进糟缸,然后将适量的黄酒从糟袋上面淋下去——这算是糟好了。最后用密封的盖子将其密封好。过七八天后,一开盖子,就有一股酒糟香味升腾而起。

那五花肉、鸡等物皆呈乳白色里透着肉黄色。因为去掉了汤,所以肥肉处也不太油。清爽、酒香、鲜美,那真可用一句话来形容它——打耳光不调!

在过年时和吃年夜饭时,我家的几只冷盆都是糟货——糟肉、糟鸡、糟黄豆芽(如意菜)。这些,可能在其他人家是见不到的。

其实,在我们祖母一代时,苏州老人家弄糟缸的人家还是有的,后来此法就渐渐地失传了。我家很可能是硕果仅存的。在年初头上,凡有来拜年而我们留饭的亲友无不为我家的糟货所倾倒!其中最妙的是糟肉,切得薄些的肉,若在火锅里烫几秒钟,挟出时其肉与皮处肥的地方略带透明,其皮香而韧,绝对美味。其实它是最佳的火锅配料呢!

现在某些报刊上提及糟货时往往弄错了,甚至在买的香糟包装上也误导了别人,把糟肉的糟法说成是用糟直接涂在生肉上。不对,应该塞进糟袋中的。把香糟直接涂在食品上那是糟鱼的方法(鱼也得先腌过)。

现在人们贪省力,用糟卤糟,这也是一法,不过其香味就比用香糟的差了好些。

再补充一句:开头所言文火煨出的汤,放上调品,是最好的火锅汤料,休倒掉;糟货吃光后,里面剩余的卤,煮豆腐吃,撒把大蒜叶,那是绝妙的好滋味呢!

糟货一般保质期约半个月,若放入冰箱的话,则可略延长些。届时可去掉糟袋,将糟货连汤带水地隔水蒸透一下,又可延长些日期的。

现在早已没糟缸买了,我们姐妹兄弟家都用密封性较好的搪瓷锅来替代糟缸,也照样做出了毫不逊色于娘做的美味糟货来。



家庭菜谱

腊月鳊鱼香

鳊鱼,又名海鳊鱼,是海鳊剖开后日晒风吹而成。一进腊月,暖暖的冬日下,不少上海家庭的窗前檐下,就会挂出一串串鳊鱼,散发出年节临近的讯息。鳊鱼的烹饪方法也十分多样。

【拌双丝】

鳊鱼洗净、泡软,加鸡汤、料酒、葱、姜、八角,入锅蒸至熟软,凉后撕成丝;白菜切丝,香菜去叶切段,入沸水焯烫后过凉;将鳊鱼丝与白菜丝、香菜段置于盘中,加蒜泥、白糖、盐、味精、醋、麻油、蚝油,拌匀即成。

【鳊鱼煨肉】

将鳊鱼、五花肉洗净,均切块;锅中入油,下葱姜略煨后,放入五花肉炒至肉色发白,加料酒、八角、桂皮、水(以盖没肉为准),旺火烧沸后转小火,烧至五分熟时,放入鳊鱼一起煨炖,待汤汁剩下1/3时,加白糖,大火烧稠收汁,撒上葱花,即可起锅。

【鳊鱼蒸茄子】

鳊鱼用温水泡软,切块;茄子洗净,切条后下油锅炸熟,捞至盘中,加蒜泥、浇蒸鱼豉油,将鳊鱼铺于茄子上层,一同入锅蒸熟,即可食用。

【鳊鱼炒香芹】

鳊鱼用温水泡软,切丝;芹菜洗净,抽筋切段;胡萝卜、姜片均切丝;芹菜入沸水略烫,捞出冲凉;锅中上火,入油烧至八成热,下鳊鱼丝煎至色呈金黄,放入姜丝、胡萝卜丝、芹菜段一同翻炒,加盐、味精调味炒匀,出锅装盘即可。

【鳊鱼炖鸡】

鸡、鳊鱼洗净,均切成块;锅中上火,入油烧热,下姜片炆锅,投入鸡块煨炒,加料酒翻几下,放鳊鱼,倒入整瓶啤酒,旺火烧沸后改中火炖半小时,再改小火继续炖20分钟,出锅前以盐、味精调味,撒上葱花即成。

【红烧鳊鱼】

鳊鱼用温水泡软,切段;锅中上火,入油,加糖烧融,放入鳊鱼段煎至金黄色,加料酒、酱油、桂皮、水焖煮一下,烧沸后淋少许醋去腥,收汁即可。

【鳊鱼肉饼】

鳊鱼洗净,切片;五花肉洗净,切成细丁,加料酒、盐、味精、生姜、葱白等拌匀,再打入一个蛋黄;将鳊鱼放在肉饼上面,入锅蒸熟即成。

【鳊鱼煲】

鳊鱼洗净、泡软,切小块;冬瓜去皮切块;锅中入油,投姜片、八角、白糖炒出香味和糖色,放入鳊鱼,加料酒、葱段炒匀,加入冬瓜、酱油炒匀,添少许水,旺火煮沸后改小火焖至冬瓜软烂即可。 钟正和

食门槛

鳊鱼的挑选与贮藏

挑选:合格的鳊鱼,体呈长扁形,体表微黄色或黄色,无霉斑,肉质坚实,形体完整无损,干度足,腹腔内面清白,无异味;质量差的鳊鱼,形体不完整,色泽呈深黄色,表面发黏,腹腔内残留污物,有不正常的气味。

贮藏:风干后的鳊鱼可用一层报纸将其包起来挂在阴凉处。如需长期保存,放入八成干的鳊鱼分段切开,用保鲜膜包好,放入冰箱冷冻室,以免变质。食用时,取出一段,浸水中稍发软后,置锅蒸熟,并趁热用黄酒在鳊鱼腹部涂抹一番,其香更浓。文 / 王利利

药膳房

喝甘菊茶减轻胃痛

将两汤勺甘菊用200毫升开水冲泡,10分钟后把甘菊过滤掉,饭前喝一杯甘菊茶,一天喝3次就行。甘菊中的芳香精油有缓解痉挛的功效,如果是由压力导致的肠胃刺激,用这招很有效,因为甘菊中还有一种能镇静中枢神经的物质。如果反复出现腹痛,一定要到医院查个究竟。 胡万里

冬季养肝护肝菜

红枣炒木耳

将黑、白木耳洗净浸泡后,切成条状备用;大枣洗净(剖开)备用;姜入油锅爆香后,放入准备好的黑、白木耳翻炒几下后,再加入洗净好的大枣,加水盖上锅盖焖5分钟后再快速翻炒,收汤后加入调味料即可食用。清肺热、养胃肝阴、滋肾燥。

蘑菇炒山药

先将蘑菇洗净,再用热水泡约10分钟至变软,并将泡菇水留下备用。同时将山药去皮切片,芹菜也切成相同大小。油热后,依序加入蘑菇、山药、芹菜炒熟,接着倒入泡菇水,待汤汁略收干后,加入适量淀粉勾芡,再加入一点酱油或少许盐调味即可。能补肾益精,增强人体抵抗力及免疫力。 胡万里

圆台面

温暖的羊杂汤

和老同学梅一起外出,归来时,寒风瑟瑟,忽然看到路边的大排档写着:羊杂汤,梅当即大喜过望,扯着我快速奔过去,冲老板娘高喊:“来两碗!”

等了没多久,羊杂汤端了上来,梅只瞅了一眼,立刻摇着头说:“这汤不地道!肯定是把羊杂炒了,加些水直接兑成的,太糟蹋东西了!”等到捧起碗来喝了两口,梅又叹息着说:“咱们先将就着暖暖身子吧,明天正好是冬至了,你去我家,让你尝尝正宗的羊杂汤!”

第二天下班时,刚刚收拾好办公桌上的东西,梅果然跑来找我,我也不加推辞,高高兴兴和她一起走。回到家里,我看到梅把做羊杂汤的材料早已经准备好了。她戴上围裙,把羊肺气管里灌些清水,反复多次冲洗,直到羊肺的

颜色变白,这才拿起刀来,在每叶肺上横着划一刀,挤出液体,用水再冲一下,然后放到锅里,用水煮开,去掉黏层的血沫,洗干净,切成三四厘米的长方块,再煮五分钟的样子,捞出来用清水泡起来。

接着,梅告诉我,羊大肠和羊肚,都要加了盐,反复揉搓,这样是为了把黏液及肚油等等一些杂质都去掉。把它们放到锅里煮一会儿,羊肚刮去白液,羊肠要切成2厘米长的段,羊肚切成3厘米长、2厘米宽的块。

接下来要摆弄的是羊心,把它剖开,洗净血污,入锅煮几分钟,捞出来切成片。羊头要除去毛,在开水锅里煮10分钟捞出,把羊脸、舌、耳朵,羊头肉切成5厘米长、2.5厘米宽的块,耳朵、羊舌切成薄片。

在我眼花缭乱之际,梅终于宣布准备工作基本结束,把各种羊杂、

葱、姜,一起放到沙锅里,用清水烧开,去掉表层的浮沫,倒些黄酒进去,加上锅盖,用小火慢慢焖着。

梅和我一起聊天看电视,时间过去了差不多三小时,我早已饥肠辘辘了,梅才缓缓站起身,打开锅,在汤里依次加盐、胡椒粉、葱花、姜末、蒜泥、香菜末等,然后才端锅上桌。

热腾腾的羊杂汤,汤汁乳白色,点缀着翠绿的香菜,看起来那么诱人,拿起勺子,慢慢品尝,感觉羊杂酥烂,醇香,气味浓鲜,和那晚在大排档喝的羊杂汤相比,果然有着天壤之别,我忍不住对梅竖起拇指赞叹。

在这个寒气袭人的季节,不妨偶然停下繁忙的脚步,扎上围裙,为家人煲一锅羊杂汤吧,它可以让你温暖如此靠近。

文 / 张军霞



本版选图:李日尧

