

好吃周刊

B11
 滋味干菜
 B12
 探寻苗家味蕾上的记忆



本报副刊部主编 | 总第 382 期 | 2015 年 1 月 22 日 星期四 主编:龚建星 责任编辑:潘嘉毅 视觉设计:窦云阳 编辑邮箱:gjx@xmwb.com.cn



成都 IFS 外的红星路步行街上拼出一条长 185 米，宽 7 米的巨型糖果地毯，并号召社会人士共同参与公益拼图活动，糖果拼图完成后，成都 IFS 将组成拼图的糖果派发给山区贫困儿童，将这份甜蜜的祝福分享到每个角落，为山区孩子们献上一份爱心。

文 / 豆儿 图 / CFP

红泥小炉

文 / 西坡

灯影牛肉(上)

近二十年前，我应邀到电视台下属一家杂志社帮忙审读稿件。主其事者很客气，发点饭票给我去食堂吃饭。我不搭伙，便拿着积攒下来的饭票去小卖部买些零食。小卖部货色不多，我既不喝酒也不抽烟，只看中一种吃食——麻辣牛肉丝。

一袋麻辣牛肉丝，总有一斤吧，真空包装，标价18元。没有过多的油水，芝麻也少，味道极佳，堪称价廉物美。买回来，倒在一只广口瓶里，慢慢吃。做粥或泡饭的佐菜，顶顶合适。有了它，就可多吃一碗饭。最妙的是，无论家里有菜没菜，只要有这道“菜”，其他都不觉得好，唯其是瞻，独尊其丝，甚至偷偷地扒出一撮来，当零食吃，大有上瘾的意思。太太为此很不高兴，常常要予以“没收”，逼我改弦易辙。

辞掉杂志社的编务后，麻辣牛肉丝的来源就成了问题，心里念念不忘。恰好中环百联开张，底层有家熟食店，也卖这种麻辣牛肉丝，散装。质量还不错，就是油多；而且，大概是物价上涨较剧，半斤相当于过去的一斤的价……就这点念想，还犹豫什么，买吧！

一段时间里，我成了中环百联的常客。

然而，自从中环百联取消了免费停车，我就懒得去了，自然与麻



辣牛肉丝作别。

也巧。有一回，突然发现居家附近的大卖场里有卖一种麻辣牛肉丝，一大袋里装着二十小袋，给出的名称是“灯影牛肉”。啥意思？推想，透过牛肉丝可以看见灯光吧，说明做得极薄。可是，一根牛肉丝里看灯光，比一滴水里见太阳，难度大了去！也许，说它是“灯草”牛肉或“灯芯”牛肉更为合适。虽然觉得它的名称有点过于夸张，但人家用了这个概念，创意还是不错的。

有一段时间，饭店里的冷菜，就有灯影牛肉。风行几年后，至今已经好多年不见它的“尊容”。每当看到餐桌上摆放着一道冷冰冰、干乎乎的白切牛肉，我就想：为什么不上灯影牛肉呢？

“灯影牛肉”的概念，就这样一直被死死地钉在了脑子里，直到有一天“水落石出”。

那天，成都的小朋友打来电话，说给我快递了一个包裹，是吃着玩的东西。

拿到快递，打开，见里面是一堆马口铁做的罐头，上面写着“灯影牛肉”四个字。我没在意，因为可以想象它们的模样，就放下了。过几天，饿了，忍不住拿出一个来，撬开，傻掉——完全不是我以为的那种麻辣牛肉丝的样子，而是一片一片的，就像是一大块写字用的塑料

垫板被无意中弄坏，碎成了一小块一小块。用筷子揀出一块，立马震惊，透过还滴着香油的表面，窗外灿烂的阳光似乎毫不困难地扑到眼前！透明？对，透明！当然，其透明程度还不足以媲美玻璃，但一块牛肉，被处理得那么薄，令人不可思议。

忽然想到，所谓灯影牛肉，该不会就是指这个？其他如牛肉丝被冠以“灯影”两字，疑似李代桃僵！

由于这款灯影牛肉做成一块块如指甲般大小，又做得比云片糕还薄，而且还“坚韧不拔”，味道嘛，不客气地说：没味道。我们可以想象，要在这样面积、这样厚薄、这样材质的条件下把味道烧进去，几乎是不可能完成的任务。如果没有浸润在由辣油和豆豉组成的汁液里，恐怕吃到嘴里就只有咀嚼塑料硬片的感觉了。

声明一下：我丝毫也没有贬低这款“灯影牛肉”意思，我想说的是，做到如此程度的牛肉，除了“炫技”之外，给予食者的实惠真是不多。

好几次，我试图用筷子把罐头里的灯影牛肉揀出来吃，失败了多次；有一次发了狠心，竟是直接用手指把它抠了出来！它太薄了，太小了，再加上没有一点“可塑性”，操作它十分费劲。

怎么吃它才最是物尽其用？我琢磨出了一个比较不错的办法：把它夹在馒头或面包片里。

成都的小朋友特地来说：罐头的灯影牛肉比塑封的灯影牛肉贵哦！

这是毋庸置疑的，可是，在我看来，罐头灯影牛肉太脱离群众啦。

周一菜

文/ 李兴福

霸王别姬

“西楚霸王”项羽自刎于乌江边上。徐州人民为纪念这位对推翻暴秦有贡献的“力拔山兮气盖世”的英雄，怀念那位貌美艺强、大义凛然的绝世佳人虞姬，厨师烹制出这道精美菜肴称“霸王别姬”。现将霸王别姬一菜的制作方法简单介绍如下：

一、原料:光老草鸡一只 800—900 克，甲鱼一只 700—800 克，金华精火腿肉 100 克，笋肉 50 克，香菇 4—5 只，胡萝卜、白萝卜各适量。调料:黄酒 50 克，清汤 1200—1500 克，盐、鲜粉各适量。

二、制作方法:取大品碗一只，光鸡斩去爪尖，从鸡背上斩开去除内脏，冲洗干净，把两鸡翅分别向前从放血处穿进，从鸡嘴中抽出并将鸡翅左右分开，形似“龙吐须”。将两只鸡爪弯曲别到肋上(鸡爪要抓住鸡肋)，放进开水锅内氽透 2—3 分钟，捞出冲洗净待用。选用鲜活甲鱼一只宰杀，放血 4—5 分钟后，放进开水锅内烫 3—4 分钟，捞出推掉甲鱼背上黑膜，用小刀刮去肚骨上白衣，冲洗后掀起甲鱼壳，取出内脏再冲洗干净。再下开水锅内焯水 3—4 分钟。捞出用清水冲洗，放进大品碗内一边，将鸡放进甲鱼的另一边，鸡头同甲鱼头对住。葱姜洗净，胡萝卜、白萝卜修成两根宝剑放在鸡脯上，金华火腿切厚片排在甲鱼壳，笋片、香菇等放进品碗内，葱姜放在上面，加清汤



料酒,用保鲜纸封好口,盖上盖,上笼蒸三个小时取出。打开去掉葱姜,加准调料,再封好盖上盖,再蒸 30 分钟即成上席。可供 10—12 位用。

三、特点:造型奇特,汤清,清鲜雅淡,肉质酥嫩,原汁原味,味醇厚、鲜美,滋补功能很强。

友情提示:如家里蒸条件不够,可装大砂锅,烧开后用小火炖三个小时也可。但火一定要小,防止汤汁烧干。宰杀甲鱼时注意不要将甲鱼胆搞破。

申泰牌有机五常大米上市啦！

10斤装98元,5斤装60元,按有机标准种植的10斤装85元,20斤装155元,另有更经济实惠的同品种按照常规种植的五常大米供应。从种植到餐桌,减去了任何中间环节。只需您一个电话(021)52801507。苏浙沪10斤起免运费送货上门。