

# 好吃周刊

B6  
庄行的羊肉烧酒  
B7  
“虾功”地道



新民好吃微信订阅

本报事业发展部主编 | 总第 403 期 | 2015 年 7 月 2 日 星期四 总策划:龚建星 责任编辑:驷马 视觉设计:窦云阳 编辑邮箱:gjx@xmwb.com.cn

食客都懂得蓝鳍金枪鱼在美食界的地位,可有没有尝过这种深海鲜脂“入口即化”的滋味吗?金茂大厦的海鲜姿造最近首创沪上“颜值”颇高的刺身食法。它以日本筑地拍卖而来的整条蓝鳍金枪鱼,定期为顾客现场举行开鱼仪式,掌门人一边“庖丁解鱼”,一边解析鱼种的特性及营养价值。吃货食时夹起鲜脂只需一抿,滑嫩的金枪鱼瞬间化作齿颊良久的回味。尽管尝鼎一脔每位需要花掉三百五十元,但还是挡不住金枪鱼的“粉丝”纷至沓来。——图文/谢意



红泥小灶

文/西坡

## “咸菜豆瓣汤”

看公输于兰谈塘鳢鱼的文章,趣味盎然,获益良多。唯其提及“咸菜豆瓣汤”,却惜墨如金,颇不足以饕读者,故略加补缀几句。

传说,乾隆下江南,在苏州吃到一盅汤,感觉非常鲜美,就问厨房:“这是什么汤?”回答是:“咸菜豆瓣汤。”乾隆记下了。后来他回官,想起这道佳肴,就让御厨做。御厨做出来给他尝。乾隆不认可,以为和曾经吃过的完全不搭调。于是,有关人员专程去苏州取经,才弄明白这道菜的真实面目。

大概两百多年后,叶剑英元帅陪同柬埔寨国家元首诺罗敦·西哈努克亲王游览苏州。当地领导招待亲王的宴席上有一味名为“咸菜豆瓣汤”的菜肴,令随行人员疑惑不解:这可是招待国宾啊,上这么低级的菜,有损体面啊。后经厨房一解释,大家豁然开朗。果然,亲王吃了这道菜,称赞不已……几个月后,亲王陪同法国客人访问苏州时,没忘再点了这道菜一次。

这“咸菜豆瓣汤”,究竟是个什么

玩意儿呢?原来,所谓咸菜,是指,即经过精心腌制的雪里蕻咸菜,非常鲜嫩;所谓豆瓣,则是虚指,并非蚕豆做的豆瓣,而是塘鳢鱼左右腮帮子上各长的一片肉。为什么叫豆瓣?因为这两片肉不过指甲般大,很像一片豆瓣。更重要的是,“豆瓣”难得:一条塘鳢鱼身上只可得两片,而这两片,却是整条塘鳢鱼身上最活的肉;烧一大盅汤,没有三四十片拿不下来。要知道,那可是十多、二十多条活蹦乱跳的塘鳢鱼集体“鞠躬尽瘁”的结果!

塘鳢鱼,现在菜场里的价格大约是一百多元一斤,四五条。这道菜的价值是多少,算得出来。

公输于兰在恰当的时间(春季),恰当的地点(苏州),做了恰当的事(塘鳢鱼身上带子时尤为鲜美,此时品尝是最佳状态,过后逊色不少)。其实,在上海,能够做这道菜的,也不乏其人。

川扬帮烹饪大师李兴福告诉我,上世纪五十年代,宋庆龄先生在寓所宴请外国友人,他的师傅何其坤受邀前往主理。何大师为宋先生烧过一道名菜,就是“咸菜豆瓣汤”。这道充满了江南水乡风味的小菜,理所当然地获得从小生长在上海的宋先生的称赞。

何大师当然会把这门技术教给徒弟。所以李大师几次说要请我们几个老饕品尝“咸菜豆瓣汤”,可总是人算不如天算。好几次,李大师因为买不到理想的塘鳢鱼而作罢(塘鳢鱼为难得的尚未进行大规模人工养殖的野

生鱼类之一)。

机会来了。前一阵子,我请一些朋友吃饭,宴席摆在朋友的餐馆。我厚着脸皮请李大师做“现场指导”(其实是亲自下厨)。李大师开出的菜单中,就有“咸菜豆瓣汤”。有趣的是,在座的许多人对这道菜的奥妙茫然不知,还真以为是咸菜烧豆瓣然后做成的汤,竟然少有问津者。后来我实在忍不住,提醒大家注意这道菜里的“豆瓣”是何物;并解释了一下这道菜为什么算是比较高档的菜。大家才如梦方醒,以尝鼎一脔为快,为幸。

忠明兄听说我对塘鳢鱼颇有兴趣,四月的一天晚上,突然造访寒舍,送来一大袋塘鳢鱼(密封。灌水。而且袋子里还被充满了氧气,看上去鼓鼓的)。他关照:马上杀掉、洗净、冷藏。我见天色已晚,想偷一记懒,放着,等次日动手。睡下之后,转辗反侧,想想不对:倘若塘鳢鱼挺不住死了,岂不可惜!于是起床,“大开杀戒”。塘鳢鱼浑身滑腻,且鱼鳞细小,处理起来不胜其烦。其间,还因不慎,我被一条生命力超强的塘鳢鱼咬住手指,花费一番功夫才得以解脱,于是留下“光荣负伤”的印痕。

第二天,我们饥甘糜肥,狂吃了一顿塘鳢鱼。太太掌勺,采用的是传统、简便的烹饪办法——香葱烤(红烧)和咸菜焙(用苏州雪里蕻)两种。应当说,吃口差强人意,胜在原汁原味。自然,和精致考究的“咸菜豆瓣汤”是无法比的。

吃过“咸菜豆瓣汤”吗?如果你吃过的话,大可骄傲地问别人一声:你吃过吗?



周一菜

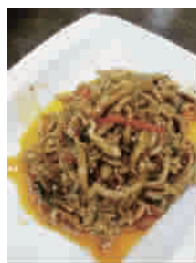
文/李兴福

## 腩香肉丝

腩香肉丝是上海何派川菜的代表之一,味型与四川的鱼香味型实际上是一脉相承的。何其坤根据上海人口味加以改进,终于收到了意想不到的效果。

上个月,几个老饕约我到新开张的绿杨邨去吃中饭,我们几个每人点一只菜,我就点了一款“腩香肉丝”,有的点了“干烧鳊鱼”。第一只上来的是“腩香肉丝”,大家一品尝时,总感觉这肉丝炒得不错,肉丝粗细长短均匀,特别感到这菜咸、鲜、酸、甜而辣味平均,肉丝细嫩。我们就问服务员:“这腩香肉丝是哪个师傅炒的?”他说是高级技师、何派川菜传人杨隽掌勺主厨,干烧鳊鱼也是他烧的。川扬特色菜肴都是杨隽师傅掌勺的。我们几个老饕多谢杨大师,他使我们几个老饕品尝到了老上海何派川菜滋味,也难怪这家饭店吃饭要排队。

一、原料:瘦猪肉 200 克,小辅料葱白 30 克,姜 15 克,蒜籽 5 克,泡红辣椒 30 克,醋 15 克,糖 10 克,盐、鲜粉、干生粉、湿淀粉各适量,酱油 10 克,植物油 200 克(耗 50-60 克)。



二、制作方法:将瘦猪肉切 1 寸半到 2 寸长、约宽厚各一分的丝。放进碗内加盐、料酒、清水各适量拌匀,加蛋清一个,拌糊加适量干生粉拌匀(这行话是上酱汁),放入冰箱待

用。葱、姜、泡红辣椒洗净,葱切如二寸长的火棒丝,姜切比葱细一点,泡红辣椒去掉籽切一寸半长的火棒丝,蒜籽切细丝。小碗一只,配上料酒、醋、酱、糖、湿淀粉调成汁。锅上火烧热,放油 200 克烧热,倒在桶内;锅再上火烧热放油(这称滑锅,防止原料粘锅),烧 5-6 成热时,将肉丝下油锅内用筷子划散开,见肉丝成白色全分开,倒在漏勺内沥干油。锅内留 10 克油,将泡红辣椒下油锅内煸炒四五下,再将蒜、葱、姜逐样下锅煸一下;将肉丝下锅,再将小碗内调料放进肉丝上推炒几下,即成装盆上席。

三、特点:色泽金红光亮,腩香四溢,肉丝鲜嫩,味道隽永,齿间留香。入口以后,先有泡红辣椒的鲜辣,并伴有葱姜蒜的芳香;微辛,接着是有薄薄的酸甜鲜感。各味平均,互不相压,回味无穷。

### 吃正宗五常新大米打 (021)52801507

申泰牌五常有机米 10 斤装 98 元、5 斤装 60 元;按有机标准种植的 10 装 85 元、20 斤装 155 元;同品种常规种植的 10 斤装 65 元、20 斤装 125 元。从选种、种植到餐桌,减去任何中间环节,只需拨打上方一个电话,苏浙沪免运费,送货上门!