

好吃周刊

B14
“羊肉串”再跟帖
B15
北食南吃话面片



本报事业发展部主编 | 总第 414 期 | 2015 年 9 月 17 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



云南路,上海老牌美食街。当年的小绍兴白斩鸡,成为沪上几代人的美食回忆。杏花楼集团入主后,引进洪长兴、鲜得来、大壶春、德大西菜馆、燕云楼、五芳斋、小金陵等多家老字号,形成了今天的海派小吃美食一条街。

红泥小炉

文 / 西坡

人人喜欢蹄髈肉(上)

江南一带,尤其是上海,有句俗语,叫“十八只蹄髈谢媒人”。两情相悦,洞房花烛,夫妻生活,从此开始。有道是:喝水不忘掘井人。那么,婚姻幸福,全靠媒人牵线而得,怎么能不好好感谢一下呢。

有谁见过哪个成功的媒人得到过“十八个蹄髈”的回报?我未见到,想必绝大多数的人包括媒人,都没有见过。

蹄髈,就其本身而言,是猪猡身上最让人感觉好吃的部位之一。它位于猪前后腿的下部,是从髁骨处斩下的部分,要瘦肉有瘦肉,要肥肉有肥肉,要骨有骨,要髓有髓,要皮有皮,要筋有筋……全面利好肉食者。可以说,猪的最精华的部分,蹄髈是完全排得上号的。

一个蹄髈已经显得很富贵相了,十八个,该是怎样的豪华!倘若婚姻成功,用十八锭银子答谢媒人,也是可以理解的。但成人之美,是积德的事,用银子来作报酬,总归有点“交易”之嫌。于是,不知哪个聪明人,想出了用“十八个蹄髈”作为特定的回报媒人的礼品,这样,至少在道义上过得去了。

当然,“十八个蹄髈”,也是一笔不菲的“代价券”。不过,“十八”这个数字,应该是个虚数,



犹言数量不少。比较有力的证据,便是人们通常所说的“十八道湾”,“十八层地狱”,“十八罗汉”;从前坊间流传一支小曲《十八摸》,比较靠谱的版本,标榜“十八”,其实是超过这个数字的。正因为如此,“十八个蹄髈”,只是说明“回报”厚重,并非铢称寸量的实指。

即使这样,一桌宴席如果上了一只蹄髈,差不多可以压住阵角了。

上海人吃宴席,非常重视蹄髈的“权重”。正宗本帮婚宴,不光要有全鸡全鸭,完整的蹄髈一定不可或缺。有趣的是,冷盘热炒,事无巨细地轮番上桌,一道蹄髈(往往是红烧)总是在人们吃得酒足饭饱之际出现。毫无疑问,婚宴上能够完整剩下的菜肴,就是蹄髈了。现在是,过去也是。

记得小时候跟着大人去吃喜酒,宴席有的摆在酒店,有的摆在民舍,有的甚至摆在弄堂里,一摆就是八桌十桌。吃到尾声,和父母关系较铁的亲戚往往会叮嘱他们席散之后稍作留步,主人收拾残局,最可能挑出一道像样的菜肴,就是蹄髈,于是打包后悄悄往父母手里一塞。这是表示彼此间有一种特殊关系才有的待遇。

现在,这种情形还有没有呢?至少在比较传统的上海人家,红烧蹄髈还是得上,尽管很少有人在这个节点还有吃一筷蹄髈的冲动,也很少有主人主动塞给客人一只蹄髈让他带回去的可能。

蹄髈,在上海人的宴席上,象征着圆满,富余,壮硕,实在。

周一菜

文 / 李兴福

四菌荟萃

这款植物山珍拼盘可谓阵容强大,其中坐镇的四大菌菇是:羊肚菌、松茸、牛肝菌及猴头菇。竹荪被誉为山珍,同样是秋季盛产且极具营养价值,具有食疗保健功效。再配上鲜汤茨汁,相得益彰。

一、原料:羊肚菌 10 只,松茸 4-5 只,牛肝菌 2-3 只,猴头菇 3-4 只,竹荪 10 根,小青菜 8-10 棵。调料:鲜汤 400-500 克,精盐、鲜粉、白胡椒粉、湿淀粉各适量。植物油 50 克。

二、制作方法:干制羊肚菌 10 只用温开水泡发半小时,再清水洗 2-3 次,用小指头从柄部伸进肚内,洗净内外泥沙,再用开水泡待用。用冷水轻轻洗净松茸、牛肝菌外表的泥沙,修去根部老根,放进开水锅内快速余一下,捞出再用冷水泡冷;松茸每只批成四片;牛肝菌同样批成片;猴头用冷水泡软,洗净用开水泡一下,每只猴头菇批成 4-5 片;竹荪用冷水泡 20-30 分钟,洗 3-4 次,修去竹根部老根,批开,再切成一寸半长段;青菜修成小菜心洗净。炒锅上火烧热放油,将鲜汤下锅烧开,将猴头菇下锅,放精盐、鲜粉、胡椒粉烧开,用小火焖 2-3 分钟捞出;再将竹荪下锅内余一下捞出;菜心下锅余一下捞出;再将松茸、牛肝菌在锅内一起余一下,捞出;最后将羊肚菌下锅余透捞出,逐样



逐样排在大盆内(详情见所附菜照)。排好后用锅内汤汁 200 克左右加准调料,勾上少许湿淀粉淋在盆内各菌菇上即成。

三、特点:色泽美观,清鲜雅淡,味鲜美,脆嫩爽口,具有保健食疗功效。

友情提示:此菜原料除松茸、牛肝有新鲜和冰鲜外,其他都是干制品。在加工过程中,一定要先用温水或冷水泡发后,再多洗几次,主要洗掉泥沙和异味。家里如无鲜汤可用开水代替。新鲜的,特别是野生的松茸、牛肝菌在烹制前同样要用小刀修掉根部老皮,用清水冲洗几次。再放进开水锅内余一下捞出,用冷水冲一下,改刀烹制,才能保证菜肴质地和安全。



吃正宗五常新大米打
(021) 52801507
苏浙沪免运费 送货上门