

好吃周刊

B6
冬日筍笋香
B9
新民好吃学院
将设西点中级班



本报专刊部主编 | 总第 430 期 | 2016 年 1 月 21 日 星期四 总策划:龚建星 责任编辑:龚建星 视觉设计:窦云阳 编辑邮箱:gjx@xmwb.com.cn



盆菜源于香港新界,因其“和味”的寓意以及惯用鲍鱼、花胶等高端食材,近年来逐渐走上沪上市民的餐桌。去年,大购网一个月便售罄 3000 份杏花楼盆菜。今年,盆菜有 588 元、988 元两种规格,配方升级,销售更火爆。欢迎登录大购网 www.xinmindagou.com,或拨打 021-52927777 选购。

红泥小炉

在苏州吴江吃饭,冷菜当中有一道“八拆皮蛋”,心里纳闷:皮蛋就是皮蛋嘛,何必再加个前缀?突然悟到:人们到饭店吃饭,如果上一道“蜜汁火方”,谁也不以为意:管他什么来路呢!其实这不是一个端正的态度。应当说,店家不特别标注,火腿也就是一般的火腿了,只有特别冠以“金腿”或“云腿”之名,那才显示食材的正宗;更厉害的是,敢于打出“雪舫蒋腿”(顶级火腿)的旗号,那就牛得不行了。

莫非“八拆皮蛋”,和火腿中的“雪舫蒋腿”是一个级别?

按,八拆,吴江区以南 30 公里处的一个小镇。何谓八拆?当地普遍的说法是,小镇本名“八尺”,当年戚继光抗倭,在此建造第八个拆墩(侦察点,烽火台),于是将八尺改为八拆。又,明末清初吴江人徐崧与友人长洲人张大纯合著专门记述苏州及周边地区的方志《百城烟水》中说:“塘自北来,至此向东而南,向西复南,俨如弓形,唐代范传正治水,劈河而直其路,拆土为二,故名八拆。”哦,新开的河道(大运河),把原来的一块土地辟成东西两片,形同“八”字,所以就有了“八拆”的名称。最具传奇色彩的是,明代朱

2015 年崇明生态软香米上市啦

粮食合作社直接销售

10 斤装 90 元 20 斤装 170 元

苏浙沪包邮

订购电话(021)52801507 61206543

文 / 西坡

皮蛋(上)

国桢在其名著《涌幢小品》中写道:“去吴江可二十里,地名八尺。余询之县人,问名起之义,皆不可得。后考之,则先庙选妃江南,嘉禾以姚氏女应。女发素种种,不盈尺。过平望二十里。一夕,发委地可长八尺。入官拜安妃。因以名。”原来是“长发八尺”的意思!可惜,这些美妙的传说或考证,都不能改变“八拆”的历史状况——相对于苏州辖下的众多小镇而言,它算是经济比较不发达的。所幸它有不少湿地、河流,利于养鸭。鸭多,鸭蛋也多;而皮蛋,正是要由鸭蛋做原材料的。八拆的皮蛋之所以出名,恐怕与此有很大的关系,我猜测。

皮蛋是中国的特产。查皮蛋的由来,吴江人会告诉你一个生动的故事:

明代,吴江地区有家小茶馆,生意兴隆。老板忙碌之中,往往来不及将泡过的茶叶倒到指定的地方,就偷个懒,随手倒在了炉灰堆上。老板养的几只鸭子,喜欢在炉灰堆中下蛋。有时鸭蛋被炉灰埋得深了,老板没能发现。有一回老板清扫积留多日的炉灰和茶渣时,发现了深藏其中的几个鸭蛋。起先他以为鸭蛋坏了不能吃,哪知剥开一看,表面黝黑,却泛着光泽,上面还有一簇簇灰白的花纹;再一闻,一种独特的气味扑鼻而来;轻轻一咬,蛋白滑嫩爽口,蛋黄溏心醇厚,十分好吃……于是,皮蛋就这样被开发出来了。

谁说这事巧得蹊跷,令人难以置信?伦琴发现 X 光的过程难道不蹊跷?而苹果砸



在牛顿头上使他发现了万有引力定律难道不蹊跷?我们至今没搞清楚汉字是怎么来的,不也只得往仓颉身上一推了事嘛。再怎么传奇,不过是发现了小小皮蛋的制作方法而已,哪里值得如此严厉地拷问!

尽管这个故事编得像模像样,但八拆毕竟是个小地方,有鸭资源的地方,都可以对它“视而不见”,都可以揪住它不让它出头,也都可以自我标榜“老子天下第一”。是故,对于谁是皮蛋故乡的争议从来没有停歇过。

据我统计,至少有以下几个地方在为“荣誉”而战:一是高邮。高邮人依仗自己的咸蛋独步天下,顺便把咸蛋的堂兄弟皮蛋揽入怀中也是可以理解的。一是湖北洪湖。“洪湖水呀浪呀浪打浪啊……四处野鸭与菱藕啊,秋收满畈稻谷香……”四处野鸭就可以拿下“皮蛋故乡”?那么,是不是可以顺便把“咸蛋故乡”乃至“烤鸭故里”也给拿下了?一是湖南益阳。据说在计划经济时期,益阳的皮蛋曾被外交部指定为国宴产品。那么请问:评弹唱得最好的艺术家大多在上海,是不是就此确定上海是评弹的发祥地?

还有一个地方当仁不让地要当“皮蛋”的家,那就是江西宜春,理由在站得住和站不住之间:宜春这个地方,气候宜人,水源充足,以前养鸭的农户很多,经常有农户将一担一担的鸭蛋挑到集镇上去卖,生意做得相当大,当地人把他们叫做“鸭婆佬”。

就凭“鸭婆佬”三个字,就能“包揽词讼”,那北京“牛街”怎么办?南京“鸡鸣寺”又怎么办?它们是不是特别“牛”、特别“鸡”?不得了,排着队要让“皮蛋”荣归故里的还有:天津、四川涪城、河南确山以及贵州……

周一菜

文 / 李兴福

冰糖燕窝

燕窝是什么?燕窝是燕子的巢。生活在地球上的鸟类有成千上万种,唯独燕子的巢是可以吃进肚子里的。一般人对燕窝的印象不外乎“滋补养颜”或价钱昂贵。不过,拿鸟儿的巢来吃,在西方人的眼中是不可想象的。

原料:燕窝 30 克,冰糖 250 克,清水 750-800 克。

制作方法:将干燕窝放进冷水盆内泡 3-4 小时,捞出漂在清水内洗净,去掉杂物和绒毛;再泡在开水内约一个小时;捞出,放进蒸燕窝的碗内,放开水 400 克,上笼用旺火旺气蒸半小时;放冰糖再蒸约半小时,待冰糖溶化即成取出;再加开水 400 克,用保鲜纸封好碗口上笼保温。待贵宾到齐,分给贵宾食用,可供 10-12 小碗。

特点:色泽银白,清香甜蜜,滑嫩爽口,是款高档的甜品。燕窝性味甘平,微咸,含丰富蛋白质及氨基酸及钙、磷、铁等矿物质,有养颜壮阳,暖腰脉,治崩带,大养肺阴,化痰止咳,补而能清等效,为调理虚劳之圣药。

友情提示:如 30 克干燕窝,涨发好后加冰糖炖好后,冷后放进冰箱内,一个人可分 10-12 次用完。食用最佳时间:早上及晚上睡前。取小碗内加开水 100-150 克,放进微波炉内热一下。食用后可帮助你睡好。家中上笼蒸无条件,可用小火炖 40-50 分钟,但在炖时人不要走开,防止炖干。燕窝价格贵,购买时到正规商店选购,防止假货。在制作燕窝时,锅一定洗净,不要碰到油腻,以免影响燕窝营养和口感。

