

好吃周刊



本报专刊部主编 | 总第 432 期 | 2016 年 2 月 4 日 星期四 总策划:龚建星 责任编辑:裴 璐 视觉设计:竹建英 编辑邮箱:peil@xmwb.com.cn

大年三十年夜饭是中国人最传统的风俗,一桌色香味俱全的菜肴,再配上好口味的名,不仅增添食欲,还给节日带来欢乐的气氛。

除夕吉祥如意家宴



冷盘

【生活节节高】

竹笋尖洗净,入沸水锅煮熟,切成滚刀小块;莴笋去叶刨皮,取嫩段,切成与竹笋同样大小的滚刀块,加盐拌匀腌渍 20 分钟,用冷开水洗去咸味沥干,与笋块一起加盐、味精、少许白糖、胡椒粉、麻油拌和装碟。此冷菜黄绿相映,脆嫩清新,清口。双笋寓意生活节节高。

【高高兴兴】

茭白去壳洗净,用瓦轮刀切成滚刀小块,入沸水锅煮熟捞出。红甜椒切菱形小片,入沸水锅焯水。毛豆入水锅煮熟。茭白块、红椒片、毛豆一起加香糟卤(超市有售)、白糖、味精浸渍 6 小时取出装碟。此菜脆嫩爽口,糟香浓郁。茭白谐音“高”,寓意一家人团团圆圆,高高兴兴。

【如意八宝菜】

绿豆芽去头,根洗净。金针菇去根拣洗净,水发海带切丝,红、黄、绿甜椒丝一起入沸水锅烫焯断生捞出沥干,加榨菜丝、黄瓜丝,人造蟹柳丝、熟火腿丝一起加盐、味精、白糖、康乐醋、麻油拌和装盘。这道菜脆嫩,清鲜爽口。寓意生活称心如意,招财进宝。

【福如东海】

葱结、姜片,干辣椒段、茴香、桂皮、香叶入热油锅煸香,加清水、老抽、白糖烧滚,小火煮 10 分钟,加味精成浸鱼卤汁。青鱼中段刮鳞,剖腹去内脏洗净,垂直切成 1 厘米厚的蝙蝠片,擦干表皮,用老抽抹匀,吹干,入八成热油锅炸至外脆里熟捞出,放入浸鱼卤汁中浸渍入味捞出沥干,涂上麻油成爆鱼装盆。此菜形似蝙蝠,外酥脆里鲜嫩,香甜咸鲜微辣,十分可口,寓意福如东海。

【金钱滚滚】

肉鸭大腿刮洗干净,拆骨,皮朝下平摊在砧板上,批去部分鸭肉,用大刀拍松,加盐、味精、胡椒粉、葱姜浓汁、黄酒拌匀腌渍入味,再将鸭腿皮朝下平摊在砧板上,一端紧紧排放 6 只左右高邮咸鸭蛋,紧卷成卷,再用洗净纱布卷包紧,扎牢,蒸 1 小时取出冷却后放冰箱冷藏 8 小时,取出拆开,切成 1 厘米厚的片装盘。此菜软糯鲜香,形似金钱,寓意财源茂盛,金钱滚滚来,生活越来越富裕。

【长命百岁】

猪蹄膀带爪刮洗干净,顺长劈开连着皮,焯水后再洗净入锅。加葱姜、黄酒、清水烧滚,撇去浮沫,小火焖 3 小时取出,趁热,拆去骨头,整张皮取下,平铺在洁净方盘中,再将肉切碎,放在肉皮上。将部分原汤煮浓稠,加味精浇在盘中肉上,冷却后入冰箱冷藏 8 小时,取出,反扣在消毒后的砧板上,改刀成长方块装盘。此菜晶莹软糯鲜香,营养滋补,故名长命百岁。



本版选图·非依

热菜

【寿比南山】

猴头菇用温水浸透后再放入淡碱水浸泡 2 小时,挤干洗净,再入清水反复浸洗去除苦涩味。加葱姜、黄酒蒸 1 小时取出,切成片,堆放在盘中呈小山状。云南火腿肉洗净加葱姜、黄酒蒸熟,冷却后切成片,围放在猴头菇周围,一起再蒸 10 分钟,滗出蒸汁,加鸡汤、盐烧滚加味精,勾薄芡,淋热油,浇在菇肉上即成。

此菜菇鲜嫩,南腿醇香。南腿排放在山珍猴头菇周围,就如山峦起伏,群峰耸起。南腿为鲜红的纯瘦(谐音寿)肉,故名寿比南山。

【鸿运高照】

鲈鱼清洗干净,拆骨去皮,取纯肉,斜批成大片,加盐、味精、胡椒粉、葱姜浓汁、黄酒、腌渍入味,加红曲粉、鸡蛋液、干淀粉拌匀上浆。逐片拍上干淀粉,入八成热油锅炸至外酥脆里鲜嫩捞出。锅中留底油,下蒜泥爆香,放入红乳腐卤、香糟卤,鲜汤烧滚,加白糖、味精勾芡,放入炸好的鱼片,翻炒后,淋熟油起锅装盘。

此菜外酥脆里鲜嫩,糟香馥郁,艳红油亮,寓意新的一年鸿运高照。

【柳暗花明】

基围虾剪去须脚,从背部划开,去除沙肠洗净。乌龙茶用少许滚水泡开,去除茶叶留汁。茶叶和虾一起入八成热油锅炸至虾壳和茶叶酥脆,捞出沥油。锅中油倒尽,放入茶汁,加盐、白糖烧滚收浓,加蜂蜜、味精,倒入炸好的虾和茶叶,旺火翻炒,收紧卤汁,淋熟油起锅装盘。

此菜虾红壳脆肉鲜嫩,茶叶黑褐油亮,茶香浓郁。乌龙茶叶形似柳叶色暗,虾红亮,谐音柳暗花明。

【鹤发童颜】

当年冷鲜草母鸡清洗干净,剁块,焯水后再洗净。猴头菇用温水浸泡回软,再用淡食碱水浸泡挤干洗净去除苦涩味,加葱姜、黄酒、鸡汤蒸 1 小时取出切块。葱段、姜片入热油锅煸香,放入鸡块、猴头菇炒透,烹黄酒,加蚝油、老抽、冰糖、鲜汤烧滚焖熟,收浓卤汁,加味精,勾芡,淋麻油起锅装盘。

西蓝花切小段,洗净入沸水锅焯烫断生捞出围边。

此菜鸡菇酥烂,鲜香味浓,醇香满口,为大补元阳之佳肴。鹤发童颜,返老还童,寓意老当益壮,越活越年轻,永葆青春。

【称心如意】

黄豆芽掐去根洗净,油豆腐焯水后切丝,雪里蕻咸菜去叶洗净切末,一起入热油锅煸透,加黄酒、鲜酱油、白糖、少许鲜汤煮熟,加味精起锅装盘。

此菜清鲜爽口解腻。上海人称黄豆芽为如意菜,故名。为老上海传统年菜,寓意生活称心如意,平安幸福。

【白玉无瑕】

基围虾剥壳取虾仁,挑去背上沙肠,反复洗净,用洁布吸干,上蛋清浆。山药去皮洗净切丁焯水。虾仁入五成热油锅滑油,山药丁也过油。锅中油倒去,放少许葱姜汁、鲜汤、盐、味精勾芡,打入少许熟油,放入虾仁和山药丁炒匀,起锅装盘。

此菜虾仁,山药丁洁白如玉,滑嫩清鲜,寓意洁身自好,两袖清风,赞美反腐倡廉。

【年年有余】

鳊鱼刮鳞去鳃去内脏洗净,沿胸鳍后斜刀将鱼头切下,从下巴处劈开连着呈扒形。再沿鱼臀前切下鱼尾。沿中骨两边批开,去除二节中骨,使鱼尾能竖起。鱼身改刀成 2.5 厘米见方的块,与鱼头鱼尾一起加盐、胡椒粉、味精、葱姜汁、黄酒拌和腌制入味,加鸡蛋、干淀粉拌匀上厚浆,分别拍上干淀粉。菠萝切成与鱼块一样大小的块,青椒切菱形块。先将鱼头扒在漏勺中,用手勺揪住鱼头,入八成热油炸成金黄色呈扒形,捞出沥油后,放置盆前端。再将鱼尾放漏勺中,入油锅炸成金黄色捞出,放置盆后端竖起成整鱼状。鱼块也入油锅炸成金黄色。锅中留底油,下洋葱末、油咖喱煸透起香,放入鲜汤、椰浆、牛奶、听装粟米糊、盐、白糖烧滚,加味精、勾薄芡,淋熟油,浇在鱼上,撒香葱末即成。

此菜色泽金黄,鱼块外酥脆里鲜嫩,卤汁鲜香微辣,十分开胃。有头有尾寓意家庭生活年年有余。

【春雷一声】

上浆虾仁滑油,切成小丁的水发冬菇、熟冬笋、熟火腿肉、鸡腿菇、青豆入热油锅煸透盛起。锅中留底油下番茄酱、白糖、盐煸透加鲜汤烧滚,加白醋,放入虾仁,勾薄芡,淋熟油成糖醋卤,盛入碗中。锅巴掰成块入热油锅炸至酥松,捞出沥油,盛入烩盆,与糖醋卤一同上席,当众浇在锅巴上发出惊雷似的响声。

寓意春节的到来,新的一年生活更加红红火火,幸福美满。这道菜锅巴酥香,甜酸鲜美。

汤

【全家福】

大白菜洗净切菱形片,放砂锅中,再放入洗净切成菱形块的水发肉皮,泡发好的粉丝。上面依次整齐排放鱼圆、肉圆、爆鱼块、蛋饺、白斩鸡块、熟冬笋片、水发海参片、熟咸肉片、水发冬菇片、熟猪肚片等,中央排放油爆虾,加盐、黄酒、鲜汤、胡椒粉、味精烧滚焖透 10 分钟,原锅上席。

此汤热气腾腾,内容丰富,寓意一家人团团圆圆,生活甜美。

点心

【团团圆圆】

水磨糯米粉分成五等份,其中四份分别加果珍粉、红曲粉、菠菜汁、可可粉。加适量热水揉成白、橙、红、绿、褐五色面团,搓条下剂,分别包入猪肉馅、豆沙馅、虾茸馅、枣泥馅、黑洋酥馅,成五色杨梅大小的汤团,入沸水锅中煮熟,盛入小碗中,每人碗分别五色五味。

过年吃汤团是中国人的习惯,寓意新春佳节一家人团团圆圆,和和睦睦。

文/茅伯铭

